

Speiseplan 19.10. - 25.10.



Menü 1

- 19.10. Hokkaido-Kürbissuppe | mit Möhren und Äpfeln
Bio Semmelknödel
Geflügelrahmsoße
- Nährwertangaben pro Portion
3260,0kJ/779,0kcal, Fett 36,8g, gesättigte Fettsäuren 18,8g, Kohlenhydrate 92,4g, Zucker 26,2g, Ballaststoffe 4,1g, Eiweiß 17,1g, Salz 7,36g, Natrium 2,96g
G, G1, M, Me, La, S, Sn, Ei, (Sb), (Sf)
- 23.10. Rindsbratwürstchen (BIO)
Röstkartoffeln
Blattspinat, gehackt (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion
2330,0kJ/556,0kcal, Fett 27,0g, gesättigte Fettsäuren 8,9g, Kohlenhydrate 51,5g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 4,9g, Eiweiß 23,1g, Salz 4,14g, Natrium 1,66g
Sn, G, G1, M, Me, La
- 24.10. Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Blaubeerpfannkuchen
- Nährwertangaben pro Portion
1919,0kJ/457,0kcal, Fett 15,4g, gesättigte Fettsäuren 8,4g, Kohlenhydrate 75,3g, Zucker 30,2g, Ballaststoffe 6,2g, Eiweiß 17,0g, Salz 2,10g, Natrium 0,87g
G, G1, M, Me, La, Ei
- 25.10. Nuggets vom Alaska-Seelachs | (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Zitronen-Kräutersoße
Basmatireis, Fairtrade (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1721,0kJ/406,0kcal, Fett 6,4g, gesättigte Fettsäuren 4,2g, Kohlenhydrate 59,4g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 2,3g, Eiweiß 26,3g, Salz 3,92g, Natrium 1,56g
G, G1, Fi, M, Me, La, S

Menü 2

- Hokkaido-Kürbissuppe | mit Möhren und Äpfeln
Spinat-Knödel (BIO)
Tomatensoße (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion
2658,0kJ/635,0kcal, Fett 26,2g, gesättigte Fettsäuren 15,2g, Kohlenhydrate 77,4g, Zucker 27,9g, Ballaststoffe 10,9g, Eiweiß 16,1g, Salz 6,15g, Natrium 2,48g
G, G1, M, Me, La, S, Sn, Ei, (Sb), (Sf), (S)
- Omelette "Natur" (BIO)
Röstkartoffeln
Blattspinat, gehackt (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion
2463,0kJ/588,0kcal, Fett 28,1g, gesättigte Fettsäuren 7,6g, Kohlenhydrate 56,9g, Zucker 5,8g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 22,7g, Salz 3,88g, Natrium 1,56g
Ei, M, Me, La, G, G1
- Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Kirschpfannkuchen
- Nährwertangaben pro Portion
1967,0kJ/468,0kcal, Fett 16,0g, gesättigte Fettsäuren 7,9g, Kohlenhydrate 78,3g, Zucker 34,2g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 19,2g, Salz 2,10g, Natrium 0,92g
G, G1, M, Me, La, Ei
- Bunter Gemüserais
Helle Cremesoße
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1271,0kJ/305,0kcal, Fett 13,4g, gesättigte Fettsäuren 6,7g, Kohlenhydrate 39,1g, Zucker 3,4g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 4,9g, Salz 2,84g, Natrium 1,14g
M, Me, S