

## Speiseplan 30.11. - 06.12.



### Menü 1

- 30.11. **Spiralnudeln  
Paprikarahmsoße (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1767,0kJ/422,0kcal, Fett 14,6g, gesättigte Fettsäuren 5,8g, Kohlenhydrate 57,3g, Zucker 3,8g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 12,5g, Salz 2,73g, Natrium 1,09g  
G, G1, M, Me, La, S
- 04.12. **Vegetarisches Chili  
Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus Weizenmehl**
- Nährwertangaben pro Portion  
2347,0kJ/558,0kcal, Fett 9,6g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 79,2g, Zucker 11,6g, Ballaststoffe 14,7g, Eiweiß 30,8g, Salz 5,66g, Natrium 2,24g  
G, G1, G3, Sb, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)
- 05.12. **Rindfleischbällchen in Tomatensoße (BIO)  
Langkornreis (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1571,0kJ/373,0kcal, Fett 5,9g, gesättigte Fettsäuren 2,2g, Kohlenhydrate 62,3g, Zucker 8,6g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 15,3g, Salz 3,90g, Natrium 1,56g  
G, G1
- 06.12. **Nudel-Brokkoli-Auflauf (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1884,0kJ/448,0kcal, Fett 17,6g, gesättigte Fettsäuren 8,0g, Kohlenhydrate 56,8g, Zucker 6,0g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 13,6g, Salz 4,00g, Natrium 1,60g  
G, G1, M, Me, La, S

### Menü 2

- Spiralnudeln  
Paprikarahmsoße (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1767,0kJ/422,0kcal, Fett 14,6g, gesättigte Fettsäuren 5,8g, Kohlenhydrate 57,3g, Zucker 3,8g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 12,5g, Salz 2,73g, Natrium 1,09g  
G, G1, M, Me, La, S
- Minestrone "vegetarisch"  
Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus Weizenmehl**
- Nährwertangaben pro Portion  
1959,0kJ/462,0kcal, Fett 7,2g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 82,4g, Zucker 9,2g, Ballaststoffe 4,7g, Eiweiß 14,4g, Salz 5,14g, Natrium 2,08g  
G, G1, S, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se), (Lp)
- Veggie-Bällchen "Fresh kick"; Vegetarische Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße  
Langkornreis (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1965,0kJ/467,0kcal, Fett 15,1g, gesättigte Fettsäuren 5,2g, Kohlenhydrate 62,5g, Zucker 4,4g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 17,9g, Salz 3,96g, Natrium 1,58g  
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La
- Kartoffel-Brokkoli-Auflauf (BIO)  
Gemischter Salat**
- Nährwertangaben pro Portion  
1388,0kJ/332,0kcal, Fett 12,0g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 43,6g, Zucker 6,8g, Ballaststoffe 5,2g, Eiweiß 8,0g, Salz 2,52g, Natrium 1,00g  
G, G1, M, Me, La, S