

Speiseplan 06.06. - 12.06.



Menü 1

- 06.06. Schneckenudeln
Tomatensoße (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1706,0kJ/405,0kcal, Fett 6,3g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 71,4g, Zucker 8,0g, Ballaststoffe 4,2g, Eiweiß 13,1g, Salz 3,33g, Kohlenhydrateinheiten 7,1
G, G1, M, Me, La, S
- 10.06. Rindergulasch in Paprikarahmsoße (BIO)
Hörnchen-Nudeln
Milchreis
- Nährwertangaben pro Portion
2210,0kJ/524,0kcal, Fett 12,5g, gesättigte Fettsäuren 6,0g, Kohlenhydrate 67,6g, Zucker 3,2g, Ballaststoffe 5,4g, Eiweiß 32,2g, Salz 2,43g, Kohlenhydrateinheiten 6,7
G, G1, M, Me, La, S
- 11.06. Kohlroulade | mit Reis-Gemüse-Füllung in kräftiger Soße
Stampfkartoffeln (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion
1624,0kJ/390,0kcal, Fett 14,9g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 47,1g, Zucker 12,5g, Ballaststoffe 15,6g, Eiweiß 7,7g, Salz 3,75g, Kohlenhydrateinheiten 4,6
G, G1, Sb, M, Me, La, S, Sn
- 12.06. Lachsfiletstücke; (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Dill-cremesoße
Basmatireis, Fairtrade (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2152,0kJ/511,0kcal, Fett 18,1g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Kohlenhydrate 60,9g, Zucker 4,6g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 25,4g, Salz 3,39g, Kohlenhydrateinheiten 6,1
Fi, M, Me, La, S

Menü 2

- Schneckenudeln in Käsesoße
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1668,0kJ/396,0kcal, Fett 13,6g, gesättigte Fettsäuren 6,4g, Kohlenhydrate 52,8g, Zucker 7,2g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 13,2g, Salz 3,28g, Kohlenhydrateinheiten 5,2
G, G1, M, Me, La, S
- Kürbispfanne mit Spiralnudeln
Milchreis
- Nährwertangaben pro Portion
1476,0kJ/348,0kcal, Fett 4,4g, gesättigte Fettsäuren 0,8g, Kohlenhydrate 62,4g, Zucker 16,0g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 11,2g, Salz 2,96g, Kohlenhydrateinheiten 6,4
G, G1, S
- Couscous-Tajine; mit Riesencouscous und knackigem Gemüse
- Nährwertangaben pro Portion
1560,0kJ/372,0kcal, Fett 9,2g, gesättigte Fettsäuren 1,2g, Kohlenhydrate 55,2g, Zucker 11,2g, Ballaststoffe 11,2g, Eiweiß 10,8g, Salz 3,20g, Kohlenhydrateinheiten 5,6
G, G1
- Basmatireis, Fairtrade (BIO)
Soße "Gärtnerin Art"
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1625,0kJ/385,0kcal, Fett 11,7g, gesättigte Fettsäuren 5,4g, Kohlenhydrate 60,2g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 2,7g, Eiweiß 8,5g, Salz 3,73g, Kohlenhydrateinheiten 6,1
M, Me, La, S