

## Speiseplan 11.07. - 17.07.



### Menü 1

- 11.07. Rindfleisch-Tortelloni überbacken (BIO)  
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion  
2196,0kJ/524,0kcal, Fett 21,2g, gesättigte Fettsäuren 12,4g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 12,4g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 22,4g, Salz 3,44g, Kohlenhydrateinheiten 6,0  
G, G1, Ei, M, Me, La
- 15.07. Huhnfleisch in Tomatensoße (BIO)  
Langkornreis  
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion  
1719,0kJ/404,0kcal, Fett 5,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe 2,6g, Eiweiß 29,1g, Salz 2,02g, Kohlenhydrateinheiten 5,9  
G, G1
- 16.07. Klare Suppe  
Kaspressknödel (Käsetaler) gewürfelt  
Pancakes, kleine Pfannkuchen  
Erdbeer-Fruchtsoße
- Nährwertangaben pro Portion  
2551,0kJ/605,0kcal, Fett 16,9g, gesättigte Fettsäuren 3,9g, Kohlenhydrate 95,7g, Zucker 39,0g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 15,9g, Salz 3,66g, Kohlenhydrateinheiten 2,7  
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)
- 17.07. Alaska-Seelachs in Backteig "Nordische Art" | (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)  
Kräuterkartoffeln  
Sauerrahmsoße mit Kräutern (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion  
2052,0kJ/490,0kcal, Fett 20,8g, gesättigte Fettsäuren 5,7g, Kohlenhydrate 58,3g, Zucker 4,3g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 13,8g, Salz 3,88g, Kohlenhydrateinheiten 5,9  
G, G1, Fi, M, Me, La, S

### Menü 2

- Tortelloni-Gratin "Tomate"  
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion  
2124,0kJ/508,0kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 10,4g, Kohlenhydrate 54,8g, Zucker 12,4g, Ballaststoffe 8,4g, Eiweiß 21,2g, Salz 4,16g, Kohlenhydrateinheiten 5,6  
G, G1, Ei, M, Me, La
- Reis-Gemüse-Pfanne mit Fairtrade-Reis "vegetarisch" (BIO)  
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion  
2140,0kJ/508,0kcal, Fett 6,4g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 93,6g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 10,4g, Eiweiß 13,6g, Salz 3,20g, Kohlenhydrateinheiten 9,2
- Klare Suppe  
Kaspressknödel (Käsetaler) gewürfelt  
Pancakes, kleine Pfannkuchen  
Erdbeer-Fruchtsoße
- Nährwertangaben pro Portion  
2551,0kJ/605,0kcal, Fett 16,9g, gesättigte Fettsäuren 3,9g, Kohlenhydrate 95,7g, Zucker 39,0g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 15,9g, Salz 3,66g, Kohlenhydrateinheiten 2,7  
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)
- Kräuterkartoffeln  
Sauerrahmsoße mit Kräutern (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion  
1516,0kJ/362,0kcal, Fett 17,1g, gesättigte Fettsäuren 5,3g, Kohlenhydrate 42,5g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 6,4g, Salz 2,89g, Kohlenhydrateinheiten 4,3  
G, G1, M, Me, La, S