

Speiseplan 26.09. - 02.10.



Menü 1

- 26.09. Lachsfiletstücke; (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Dill-cremesoße
Langkornreis (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2050,0kJ/488,0kcal, Fett 17,7g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Kohlenhydrate 57,3g, Zucker 4,6g, Ballaststoffe 1,6g, Eiweiß 23,9g, Salz 3,10g, Kohlenhydrateinheiten 5,8
Fi, M, Me, La, S
- 30.09. Hähnchenrahmgeschnetztes (BIO)
Kartoffelgratin (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1730,0kJ/413,0kcal, Fett 20,7g, gesättigte Fettsäuren 10,6g, Kohlenhydrate 30,0g, Zucker 7,1g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 24,4g, Salz 3,53g, Kohlenhydrateinheiten 3,0
M, Me, La, S, G, G1
- 01.10. Klare Suppe
Frittaten mit Schnittlauch
Pancakes, kleine Pfannkuchen
Erdbeer-Fruchtsoße
- Nährwertangaben pro Portion
2578,0kJ/611,0kcal, Fett 17,5g, gesättigte Fettsäuren 3,7g, Kohlenhydrate 96,2g, Zucker 38,8g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 15,7g, Salz 3,59g, Kohlenhydrateinheiten 2,7
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)
- 02.10. Goldbraun paniertes Alaska-See-
lachs | (aus nachhaltiger Fischwirt-
schaft) mit Knusperpanade
Kartoffelpüree
Pfannengemüse in Kräuterbutter
- Nährwertangaben pro Portion
2226,0kJ/533,0kcal, Fett 26,3g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Kohlenhydrate 48,8g, Zucker 7,5g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß 21,6g, Salz 2,99g, Kohlenhydrateinheiten 4,8
3 G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

Menü 2

- 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
- Kartoffelgratin (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
776,0kJ/185,0kcal, Fett 7,9g, gesättigte Fettsäuren 5,0g, Kohlenhydrate 20,2g, Zucker 2,3g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 6,8g, Salz 1,33g, Kohlenhydrateinheiten 2,0
G, G1, M, Me, La, S
- Klare Suppe
Frittaten mit Schnittlauch
Pancakes, kleine Pfannkuchen
Erdbeer-Fruchtsoße
- Nährwertangaben pro Portion
2578,0kJ/611,0kcal, Fett 17,5g, gesättigte Fettsäuren 3,7g, Kohlenhydrate 96,2g, Zucker 38,8g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 15,7g, Salz 3,59g, Kohlenhydrateinheiten 2,7
S, G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf)
- Gemüse-Kartoffel-Rösti (BIO)
Pfannengemüse in Kräuterbutter
- Nährwertangaben pro Portion
1116,0kJ/267,0kcal, Fett 12,0g, gesättigte Fettsäuren 5,3g, Kohlenhydrate 29,9g, Zucker 8,5g, Ballaststoffe 7,6g, Eiweiß 5,4g, Salz 2,12g, Kohlenhydrateinheiten 3,1
M, Me, La, S, Sn