

Speiseplan 16.01. - 22.01.



Menü 1

- 16.01. Tortelloni-Gratin "Tomate"
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2040,0kJ/488,0kcal, Fett 18,4g, gesättigte Fettsäuren 8,8g, Kohlenhydrate 54,4g, Zucker 12,4g, Ballaststoffe 8,4g, Eiweiß 20,8g, Salz 4,16g
G, G1, Ei, M, Me, La
- 20.01. Kartoffel-Gemüseauflauf mit Hähnchen (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2016,0kJ/480,0kcal, Fett 22,4g, gesättigte Fettsäuren 10,0g, Kohlenhydrate 43,2g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 23,2g, Salz 3,16g
G, G1, M, Me, La, S
- 21.01. Vegetarische Maultaschen in Brühe
Topfenknödel (BIO)
Rote Fruchtgrütze
- Nährwertangaben pro Portion
2818,0kJ/670,0kcal, Fett 16,1g, gesättigte Fettsäuren 7,1g, Kohlenhydrate 107,6g, Zucker 37,0g, Ballaststoffe 6,9g, Eiweiß 19,4g, Salz 4,08g
G, G1, Ei, S, (Sb), M, Me, La, (Sf), (S)
- 22.01. Nudel-Auflauf mit Thunfisch-Tomaten-Soße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1936,0kJ/460,0kcal, Fett 16,4g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Kohlenhydrate 57,6g, Zucker 8,4g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 16,4g, Salz 3,64g
G, G1, G4, Ei, Fi, S

Menü 2

- Tortelloni-Spinat-Auflauf (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2016,0kJ/480,0kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 10,0g, Kohlenhydrate 55,2g, Zucker 5,2g, Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 17,6g, Salz 3,28g
G, G1, Ei, M, Me, La, S
- 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
G, G1, M, Me, La, S
- Vegetarische Maultaschen in Brühe
Seelenwärmer Apfel-Zimt-Milchreis
- Nährwertangaben pro Portion
3200,0kJ/764,0kcal, Fett 26,8g, gesättigte Fettsäuren 8,4g, Kohlenhydrate 110,4g, Zucker 34,0g, Ballaststoffe 6,8g, Eiweiß 16,0g, Salz 4,12g
G, G1, Ei, S, M, Me, La
- Nudelpfanne "Tomate Total"
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1880,0kJ/448,0kcal, Fett 10,4g, gesättigte Fettsäuren 2,8g, Kohlenhydrate 69,2g, Zucker 9,2g, Ballaststoffe 7,2g, Eiweiß 15,2g, Salz 1,92g
G, G1, M, Me, (Sn)