

Speiseplan 15.05. - 21.05.



Menü 1

- 15.05. Spaghetti aus Hartweizengrieß
Rinderbolognese (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1848,0kJ/439,0kcal, Fett 11,8g, gesättigte Fettsäuren
3,5g, Kohlenhydrate 57,2g, Zucker 7,2g, Ballaststoffe
5,0g, Eiweiß 23,2g, Salz 2,79g
G, G1, S
- 19.05. Rindergulasch mit Karottenscheiben
in Rahmsoße (BIO)
Hörnchen-Nudeln
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2238,0kJ/530,0kcal, Fett 13,3g, gesättigte Fettsäuren
5,6g, Kohlenhydrate 68,4g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe
5,4g, Eiweiß 31,6g, Salz 2,33g
G, G1, M, Me, La, S
- 20.05. Brokkolicremesuppe (BIO)
Blaubeerpfannkuchen
- Nährwertangaben pro Portion
942,0kJ/225,0kcal, Fett 11,9g, gesättigte Fettsäuren
5,9g, Kohlenhydrate 28,1g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe
2,3g, Eiweiß 5,5g, Salz 1,54g
G, G1, M, Me, La, S, Ei
- 21.05. Alaska-Seelachsschnitte (aus nach-
haltiger Fischwirtschaft) in feiner Zi-
tronen-Kräuterrahmsoße
Langkornreis Fairtrade (BIO)
- Nährwertangaben pro Portion
1726,0kJ/408,0kcal, Fett 6,0g, gesättigte Fettsäuren
4,1g, Kohlenhydrate 59,0g, Zucker 4,6g, Ballaststoffe
2,0g, Eiweiß 28,0g, Salz 3,37g
G, G1, Fi, M, Me, La, S

Menü 2

- Spaghetti aus Hartweizengrieß
Vegetarische Bolognese
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1875,0kJ/447,0kcal, Fett 10,9g, gesättigte Fettsäuren
1,1g, Kohlenhydrate 63,7g, Zucker 9,9g, Ballaststoffe
5,4g, Eiweiß 19,9g, Salz 2,64g
G, G1, S
- Veggie-Geschnetzeltes à la Italia (auf
Weizen- und Kichererbsenbasis) in
Tomatencremesoße mit Brokkoli und
Pariser Karotten
Hörnchen-Nudeln
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
2092,0kJ/496,0kcal, Fett 10,3g, gesättigte Fettsäuren
1,4g, Kohlenhydrate 72,6g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe
8,4g, Eiweiß 24,0g, Salz 2,35g
G, G1, G4
- Brokkolicremesuppe (BIO)
Blaubeerpfannkuchen
- Nährwertangaben pro Portion
1845,0kJ/439,0kcal, Fett 16,9g, gesättigte Fettsäuren
8,1g, Kohlenhydrate 70,7g, Zucker 24,4g,
Ballaststoffe 5,7g, Eiweiß 14,1g, Salz 2,00g
G, G1, M, Me, La, S, Ei
- Risotto "Pomodoro"
- Nährwertangaben pro Portion
704,0kJ/166,0kcal, Fett 2,0g, gesättigte Fettsäuren
1,3g, Kohlenhydrate 32,8g, Zucker 3,4g, Ballaststoffe
1,1g, Eiweiß 3,8g, Salz 1,42g
M, Me, La