

Speisekarte



KW 12
Montag

17.03.2025
Dienstag

bis

21.03.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce und geriebenem Bio-Käse  Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier kJ 542 / kcal 129 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 20,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,16 g / BE 1,7	Goudakäseschnitzel mit vegetarischer Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf 1 kJ 445 / kcal 106 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 12,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,84 g / BE 1,0	Paprika-Kartoffel-Karottengulasch, dazu Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste) Milch (Lactose), Senf kJ 387 / kcal 92 / Fett 1,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 17,4 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 2,7 g / Salz 1,41 g / BE 1,5	Spirelli mit Karotten-Zucchinirahmsauce und Erbsen Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie kJ 391 / kcal 93 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 16,1 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,3	Kartoffel-Paprika-Curry mit Langkornreis und Brokkoli Sojabohnen, Milch (Lactose) kJ 452 / kcal 108 / Fett 1,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 19,3 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,81 g / BE 1,6
Vollkost				
Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce und geriebenem Bio-Käse  Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier kJ 542 / kcal 129 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 20,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,16 g / BE 1,7	Putenschnitzel mit Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf  kJ 498 / kcal 119 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,1 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 0,64 g / BE 1,1	Milde Ungarische Gulaschsuppe vom Rind mit Tomaten, Paprika und Kartoffeln, dazu Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)  kJ 399 / kcal 95 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 15,5 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,03 g / BE 1,3	Lachswürfel in Tomatencremesauce mit Erbsen und Spirelli Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)  kJ 640 / kcal 153 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 18,8 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,00 g / BE 1,6	Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Langkornreis und Brokkoli Milch (Lactose)  kJ 501 / kcal 120 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,94 g / BE 1,5
Gluten-, Lactosefrei				
Hähnchengeschnetzeltes in Champignonsauce mit Risi-Bisi Senf 1 kJ 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,2	Süßkartoffel Tikka Masala mit Paprika und Sojabohnen Sojabohnen kJ 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,5 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1	Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce kJ 596 / kcal 142 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 28,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 0,97 g / BE 2,3	Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus 3 kJ 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7	Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln kJ 342 / kcal 82 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 8,1 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,72 g / BE 0,7
DE-ÖKO-003				