

Speisekarte

18.10. – 21.10.2021



Wir wünschen Euch einen guten Appetit

	Menü 1	Menü 2 (vegetarisch)	Menü 3
Montag 18.10.2021	Gebratene Maultaschen (G1,E) mit Gemüsestreifen (S) und Ei Bratensoße, Salat (1,Se) *** Ew: 25,6g; Fett: 28,5, KH:49,3g Kcal: 558 / KJ: 2338	☺☺ Linsen-Lasagne Salat (1,Se) *** Ew: 25g; Fett: 15g; KH:74g Kcal: 533 / KJ: 2233	Salatteller (1,Se)
Dienstag 19.10.2021	Kohlroulade mit Hackfleisch gefüllt (G1,M,E,Se) Kartoffelpüree(3,7,Sd,M), Salat (1,Se) *** Ew: 14,0g; Fett: 34,2g; KH:41,9g Kcal: 531 / KJ: 2227	☺ Kartoffel-Rösti mit Gemüse und Tomaten überbacken (M) Quark-Dip (M) Salat (1,Se) *** Ew: 27,4; Fett: 12,7g KH:41,0g Kcal: 400 / KJ: 1676	Salatteller (1,Se)
Mittwoch 20.10.2021	☺ Putenbrustgulasch in Rahmsoße (M) Kohlrabi-Gemüse Vollkornnudeln (G1,E) *** Ew: 40,9, Fett: 27,5g, KH:79,5g Kcal: 734 / KJ: 3075	☺ Quarkkeulchen „Omas Art“ (G1,M,E) Vanillesoße (M,1), Pflaumenkompott *** Ew: 17,0g, Fett: 18,9g, KH:49,2g Kcal: 440 / KJ: 1844	Salatteller (1,Se)
Donnerstag 21.10.2021	Makkaroni (G1,E) mit Käse (M), Speck (2,3), Zwiebeln und Kartoffelwürfel Apfelmus (3) Salat (1,Se) *** Ew 21,1g, F 17,5g, KH 87,2g, Kcal 599 / KJ 2510	☺ Gemüsestrudel (G1,M,E,S) mit Kräutersoße (G1,M) Tomatenreis Salat (1,Se) *** Ew 27,8g, F 27,7g, KH 68,6g, Kcal 641 / KJ 2686	Salatteller (1,Se)

Zusatzstoffe:

1 = mit Farbstoffe	2 = mit Konservierungsstoffen
3 = mit Antioxidationsmittel	4 = mit Geschmacksverstärker
5 = mit Phosphat	6 = geschwärzt
7 = geschwefelt	8 = mit Süßungsmittel(n) – enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam)
9 = coffeinhaltig	10 = chininhaltig
11 = gewachst	

Allergene:

G = Glutenhaltig G1 = Weizen, G4 = Hafer	K = Krebstiere und Erzeugnisse
E = Eier und Erzeugnisse	Ss = Sesam und Erzeugnisse
F = Fisch und Erzeugnisse	L = Lupine und Erzeugnisse
En = Erdnüsse und Erzeugnisse	W = Weichtiere und Erzeugnisse
Sb = Sojabohnen und Erzeugnisse	Se = Senf und Erzeugnisse
M = Milch und Erzeugnisse	S = Sellerie und Erzeugnisse
Sf = Schalenfrüchte Sf2 = Haselnüsse	Sd = Schwefeldioxid und Sulfit

☺ = ohne Schwein

☺☺ = Empfehlung DGE für Schulverpflegung