

Speisekarte

20.03. – 23.03.2023



Wir wünschen Euch einen guten Appetit

Menü 1

Menü 2

(vegetarisch)

| | | | |
|------------------------|---|--|-----------------------|
| Montag 20.03.23 | ☺ Tortellini (G1,M,E) mit Rindfleischfüllung an feiner Tomaten-Sahnesoße (M), Reibkäse, Salat (1,Se) *** Ew: 20,5g, F:30,9g; KH: 54,3g Kcal 580 / KJ 2430 | ☺ Überbackene Maisschnitte (E,M,1) mit mediterranem Gemüse Salat (1,4,Se) *** Ew: 16,9g, F: 23,0g, KH: 57,0g, Kcal:508 / KJ:2127 | Salatteller [1,Se] |
| Dienstag 21.03.23 | ☺ Gebratene Hähnchenbrust mit Curry-Apfel-Ingwersoße Reis, Salat (1,Se) *** Ew 55,8g, F 18,4g, KH 60,4g, Kcal 638 / KJ 2673 | ☺ „Bami Goreng“ Indonesisches Gericht mit Bandnudeln, Gemüse und Tofu (G1,Sb) Salat (1,Se) *** Ew 18,25g, F 16,9g, KH 46,25g, Kcal 425 / KJ 1782 | Salatteller [1,Se] |
| Mittwoch 22.03.23 | ☺ „Äpler Makkaroni“ mit Speck, Kartoffeln und Zwiebeln, Käse (G1,M,E,2,3,4) Apfelmus, Salat (1,Se) *** Ew: 21,1g, F: 17,5g, KH 87,2g, Kcal 599 / KJ 2510 | ☺ Gefüllte Kartoffeltaschen (M) auf buntem Rahmgemüse (M,S) Salat (1,Se) *** Ew: 17,5g, F:27,8g, KH 42,0g, Kcal 494 / KJ 2070 | Salatteller [1,Se] |
| Donnerstag 23.03.23 | ☺ Spaghetti „Bolognese“ (G1,E,S) Reibkäse (M) Salat (1,4,Se) *** Ew: 37,4g, F: 45,4g, KH: 41,4g Kcal 728 / KJ:3046 | ☺ Spaghetti al pesto genovese (M,E,Sf 4) Reibkäse (1,M) Salat (1,Se) *** Ew 13,3g, F 15,7g, KH 58,3g, Kcal 432 / KJ 1812 | 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, | 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 | Sd = Schwefeldioxid und Sulfit |
| X = Putenformschinken | |

☺ = ohne Schwein

☺☺ = Empfehlung DGE für Schulverpflegung