

Speisekarte

13.03. – 16.03.2023



Wir wünschen Euch einen guten Appetit

	Menü 1	Menü 2 (vegetarisch)	Menü 3
Montag 13.03.23	Deftige Hacksteak(G1,E) mit Kartoffelpüree (3,Sd,M) Rahmsoße (M), Karotten (M) *** Ew: 29,0g, F:19,1g; KH: 76,3g Kcal 586 / KJ 2447	☺ Gefüllte Kartoffeltaschen auf mediterranem Gemüse Salat (1,Se,M) *** Ew: 14g, F:28g, KH: 39g, Kcal 468 / KJ:1961	Salatteller [1,Se]
Dienstag 14.03.23	„Hamburger Schnitzel“ Panierter Fleischkäse(G1,E,2,5) mit Käse (M) gefüllt Wedges, Kaisergemüse (M) *** Ew 32g, F 15g, KH 65g, Kcal 607 / KJ 2549	☺☺ Gefüllte Zucchini (M) mit feiner Tomatensoße, Kräuter- Gnocchi (M,E), Salat (1,Se) *** Ew: 29,5g, F: 22,6g, KH: 82,1g, Kcal:658 / KJ:2757	Salatteller [1,Se]
Mittwoch 15.03.23	Badische Linsen (S) mit Spätzle (G1,E) und Wienerle (1,2,3,4) *** Ew: 25g, F 35g, KH 65g, Kcal 680 / KJ 2849	☺ Chili sin Carne (vegetarisches Chili auf Sojabasis (Sb), mit Paprika, Tomaten, Mais und Kidneybohnen) Naturreis, Salat (1,Se) *** Ew 27g, F 17g, KH 88g, Kcal 633 / KJ 2658	Salatteller [1,Se]
Donnerstag 16.03.23	Penne „a la Carbonara“ (G1,E) mit Zwiebeln, Speck (2,5) und Sahnesoße, Reibkäse (M,1) Salat (1,Se) *** Ew: 20g, F: 28g, KH 68g, Kcal 603 / KJ 2527	☺ Penne mit würziger Linsenbolognese (G1,M,E) Parmesan, Salat (1,Se) *** Ew 14,9g, F 12,9g, KH 51,9g, Kcal 387 / KJ 1622	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,

E = Eier und Erzeugnisse

F = Fisch und Erzeugnisse

En = Erdnüsse und Erzeugnisse

Sb = Sojabohnen und Erzeugnisse

M = Milch und Erzeugnisse

Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln

K = Krebstiere und Erzeugnisse

Ss = Sesam und Erzeugnisse

L = Lupine und Erzeugnisse

W = Weichtiere und Erzeugnisse

Se = Senf und Erzeugnisse

S = Sellerie und Erzeugnisse

Sd = Schwefeldioxid und Sulfid

☺ = ohne Schwein

☺☺ = Empfehlung DGE für Schulverpflegung