

Speisekarte

20.03. – 23.03.2023



Wir wünschen Euch einen guten Appetit

	Menü 1	Menü 2 (vegetarisch)	Menü 3
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	☺ „Äipler 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 Sf1 = Mandeln	Sd = Schwefeldioxid und Sulfid

☺ = ohne Schwein

☺☺ = Empfehlung DGE für Schulverpflegung