



Montag

25.11.2024

Dienstag

26.11.2024

Mittwoch

27.11.2024

Donnerstag

28.11.2024

Freitag

29.11.2024

Hauptspeise

Kartoffelgulasch mit Vegane Hackbällchen ^{11 a a1 i j}

kJ: 1756,50, kcal: 423, Fett: 16,84 g, ges. FS: 4,15 g, KH: 47,54 g, Zucker: 21,39 g, Eiweiß: 16,36 g, Salz: 4,29 g

Chicken Nuggets mit Wedges ^{8 a a1}

kJ: 1728,90, kcal: 413, Fett: 18,12 g, ges. FS: 2,42 g, KH: 42,20 g, Zucker: 2,11 g, Eiweiß: 18,60 g, Salz: 2,28 g

Penne Bolognese ^{a a1}

kJ: 2463,10, kcal: 583, Fett: 12,09 g, ges. FS: 5,41 g, KH: 79,35 g, Zucker: 10,97 g, Eiweiß: 34,92 g, Salz: 1,67 g

Geflügelgyros mit Reis und Zaziki ^g

kJ: 2556,00, kcal: 606, Fett: 11,52 g, ges. FS: 2,91 g, KH: 95,63 g, Zucker: 1,77 g, Eiweiß: 28,84 g, Salz: 1,28 g

Fischstäbchen Kartoffelsalat ^{a a1 d}

kJ: 1377,41, kcal: 329, Fett: 17,30 g, ges. FS: 1,85 g, KH: 22,50 g, Zucker: 1,50 g, Eiweiß: 19,50 g, Salz: 1,35 g

Vegetarisch

Vegane Nuggets mit Wedges ^{a a1 a4}

kJ: 2050,05, kcal: 491, Fett: 23,40 g, ges. FS: 1,95 g, KH: 48,30 g, Zucker: 1,60 g, Eiweiß: 17,85 g, Salz: 3,38 g

Penne Vegane Bolognese Sauce ^{a a1 a3 i}

kJ: 2088,93, kcal: 495, Fett: 8,95 g, ges. FS: 1,15 g, KH: 79,13 g, Zucker: 6,51 g, Eiweiß: 20,29 g, Salz: 3,05 g

Veganes Gyros, Zaziki ^{2 f g}

kJ: 473,80, kcal: 114, Fett: 6,12 g, ges. FS: 1,03 g, KH: 8,03 g, Zucker: 3,07 g, Eiweiß: 5,68 g, Salz: 1,05 g

Veganes Backfischfilet ^{a a1}

kJ: 851,00, kcal: 204, Fett: 8,80 g, ges. FS: 1,00 g, KH: 19,60 g, Zucker: 2,30 g, Eiweiß: 6,70 g, Salz: 1,33 g

Laktosefrei

Geflügelgyros mit Veganen Zaziki ^{3 f}

kJ: 703,50, kcal: 168, Fett: 8,95 g, ges. FS: 2,30 g, KH: 0,50 g, Zucker: 0,00 g, Eiweiß: 21,00 g, Salz: 1,12 g

Glutenfrei

Chicken Fingers mit Wedges ^{8 a a1}

kJ: 1990,20, kcal: 475, Fett: 21,50 g, ges. FS: 2,55 g, KH: 47,40 g, Zucker: 1,46 g, Eiweiß: 19,90 g, Salz: 2,38 g

Glutenfrei Spaghetti Siehe Hauptgang Bolognesesauce mit Rinderhackfleisch ⁱ

kJ: 2773,00, kcal: 662, Fett: 7,22 g, ges. FS: 2,17 g, KH: 131,69 g, Zucker: 11,22 g, Eiweiß: 16,95 g, Salz: 2,35 g

Fish Fingers Stäbchen ^d

kJ: 517,16, kcal: 124, Fett: 8,60 g, ges. FS: 0,62 g, KH: 5,85 g, Zucker: 0,00 g, Eiweiß: 5,85 g, Salz: 0,42 g

Suppe

Klare Gemüse Suppe mit Backerbsen ^{4 a a1 c g i}

kJ: 596,52, kcal: 143, Fett: 8,82 g, ges. FS: 4,48 g, KH: 11,55 g, Zucker: 0,71 g, Eiweiß: 3,92 g, Salz: 12,41 g

Salat

Rohkost

kJ: 29,60, kcal: 7, Fett: 0,12 g, ges. FS: 0,04 g, KH: 1,04 g, Zucker: 1,01 g, Eiweiß: 0,35 g, Salz: 0,00 g

Gurkensalat mit Essig-Öl-Dressing ^{3 5 i}

kJ: 89,27, kcal: 21, Fett: 0,30 g, ges. FS: 0,11 g, KH: 3,23 g, Zucker: 3,23 g, Eiweiß: 0,90 g, Salz: 0,21 g

Karotten Sticks/Kräuterdip ^g

kJ: 195,50, kcal: 47, Fett: 2,21 g, ges. FS: 1,12 g, KH: 4,40 g, Zucker: 3,60 g, Eiweiß: 1,42 g, Salz: 0,24 g

Dessert

Naturjoghurt (Nur für Die Krippe) ^g
Schokopudding ^g

kJ: 594,40, kcal: 142, Fett: 5,60 g, ges. FS: 3,60 g, KH: 17,76 g, Zucker: 14,56 g, Eiweiß: 5,20 g, Salz: 0,25 g

Enthaltene Allergene und Zusatzstoffe:

11=mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2=konserviert, 3=mit Antioxidationsmittel, 4=mit Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 8=mit Phosphat/en, a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1=Weizen, a3=Gerste, a4=Hafer, c=Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g=Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l=Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l