

SPEISEPLAN DER 42. KALENDERWOCHE

	MENÜ 1		VEGETARISCH	DESSERT
MONTAG 12.10.26	Bauernfrühstück dazu Gewürzgurke (a,g) Kcal: 533 Fett: 23 KH: 52 EW: 22		Nudeln mit Tomatensoße (g) Kcal: 484 Fett: 10 KH: 58 EW:	 Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
DIENSTAG 13.10.26	Geflügel Frikadelle mit Zwiebelsoße & Kartoffeln (a,c,g) Kcal: 748 Fett: 33 KH: 43 EW: 26		Senfeier mit Kartoffeln (g) Kcal: 453 Fett: 11 KH: 34 EW: 17	 Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
MITTWOCH 14.10.26	Schweineschnitzel mit Champignon-Rahm-Sauce & Kroketten (a,c,g) Kcal: 587 Fett: 20 KH: 31 EW: 24		Nudel-Gemüse-Auflauf (a,c,g,i) Kcal: 503 Fett: 15 KH: 23 EW: 17	 Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
DONNERSTAG 15.10.26	Hähnchenbrust mit leichter Kräutersoße dazu Gemüse & Reis (a,c,g,j,2,3,8) Kcal: 673 Fett: 18 KH: 89 EW: 20		Kartoffelpuffer mit Apfelmus dazu Zimt & Zucker (a,c,g,1) Kcal: 471 Fett: 22 KH: 44 EW: 21	 Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
FREITAG 16.10.26	Eieromelette mit Spinat & Kartoffeln (a,c,g) Kcal: 549 Fett: 19 KH: 52 EW: 34		Asiatische Nudelpfanne (a,c,g) Kcal: 701 Fett: 44 KH: 102 EW: 32	 Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
SAMSTAG 17.10.26			Buntes Nudelbuffet Bolognese-Sauce, Wurstgulasch, Käsesoße & Tomatensoße (a,g,i)	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
SONNTAG 18.10.26			Baked Potato Buffet Hähnchenfleisch, Chili con Carne, Rindfleisch, Sour Creme & dazu Ofengemüse (a,g,i)	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:

Änderungen vorbehalten. 1=Farbstoffe, 2=Konservierungsstoffe, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5= geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 10=Süßungsmittel, 13=chininhaltig, 14=koffeinhaltig, 15=unter Schutzatmosphäre verpackt, a=Gluten, b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milchprodukte, h=Nüsse, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Sulfit/Schwefeldioxid, m=Lupinen, n=Weichtiere
Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte, können neben den gekennzeichneten Zutaten, auch Spuren von anderen Stoffen enthalten sein, die im Produktionsprozess der Lieferfirmen oder der Küche selbst verwendet werden.

Sport-Menü die für Leistungssportler*innen wichtigen Nährstoffe sind enthalten, bei geringem Fett- und Zuckergehalt

Luxus-Menü enthält eher viel Fett und Zucker und eher wenig an den für Sportler*innen wichtigen Nährstoffen