

SPEISEPLAN DER 31. KALENDERWOCHE

	MENÜ 1		VEGETARISCH	DESSERT
MONTAG 27.07.2026	Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" mit Tsatsiki & Tomatenreis (a,g) Kcal: 760 Fett: 38 KH: 58 EW: 40		Gebackene Frühlingsrolle mit Curry-Quark & Chinakohl-Pfirsich-Salat (a,g,f,10) Kcal: 690 Fett: 35 KH: 74 EW: 18	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
DIENSTAG 28.07.2026	Geflügelfrikadelle mit Kräuter-Rahm-Kohlrabi & feinem Kartoffelpüree (a,c,g,i) Kcal: 690 Fett: 37 KH: 55 EW: 34		Eierragout mit Mischgemüse & Salzkartoffeln (a,g) Kcal: 590 Fett: 32 KH: 49 EW: 24	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
MITTWOCH 29.07.2026	Lasagne Bolognese mit Béchamelsauce & Käse (a,g) Kcal: 416 Fett: 28 KH: 53 EW: 26		Gefüllte Zucchini mit Ratatouille-Gemüse & Kräuterris (a,g) Kcal: 620 Fett: 22 KH: 85 EW: 20	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
DONNERSTAG 30.07.2026	Curry-Hähnchen mit Kokos & Gemüse dazu Basmatireis (a,g) Kcal: 720 Fett: 35 KH: 60 EW: 39		Milchreis mit Zimt & Zucker dazu Apfelkompott (a,g,10) Kcal: 610 Fett: 13 KH: 108 EW: 16	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
FREITAG 31.07.2026	Fischstäbchen mit Rahmspinat & Kartoffelstampf (a,c,d,g) Kcal: 760 Fett: 35 KH: 85 EW: 28		Schupfnudelpfanne mit Gemüse & Kräutersauce (a,c,g) Kcal: 450 Fett: 15 KH: 60 EW: 12	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
SAMSTAG 01.08.2026			Buntes Nudelbuffet mit Wurstgulasch, Bolognese-Sauce Käsesahnesauce, Tomatensauce & Mediterranes Gemüse (a,g,i) 	Dessert oder Obst Allergene erfrage bitte direkt an der Theke Kcal: Fett: KH: EW:
SONNTAG 02.08.2026	Baked Potato Buffet Pulled Pork, Chili con Carne, Hähnchenfleisch dazu Gemüse (a,g,i) Kcal: 710 Fett: 38 KH: 54 EW: 37		Baked Potato Buffet mit Ofen-Gemüse & Sour Creme (a,i,g) Kcal: 463 Fett: 35 KH: 60 EW: 17	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