

# Speisekarte

Speiseplan vom 17.03.2025 bis 23.03.2025 12. KW

|            | Menü 1 Vollkost                                                                                                                                       | NW                                                                                                                   | Menü 2 leichte Vollkost                                                                                                  | NW                                                                                                                  | Menü 3 Vegetarisch                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | NW                                                                                                                 | Dessert                                                 | NW                                                                                                                |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | Wirsingroulade, <sup>a,a1,j</sup><br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Kartoffelgratin <sup>g</sup>                                                  | 2678 kJ, 644 kcal,<br>42,20g Fett,<br>16,43g ges. FS,<br>43,47g KH,<br>9,41g Zucker,<br>18,98g Eiweiß,<br>4,93g Salz | Hähnchengeschnetzeltes, <sup>g,i</sup><br>Brokkoli,<br>Curry Reis                                                        | 1329 kJ, 314 kcal,<br>6,54g Fett,<br>2,12g ges. FS,<br>33,54g KH,<br>5,74g Zucker,<br>29,60g Eiweiß,<br>4,09g Salz  | Rustikale Nudelpfanne <sup>a,a1,c,g</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 796 kJ, 190 kcal,<br>7,68g Fett,<br>2,28g ges. FS,<br>23,76g KH,<br>3g Zucker,<br>4,68g Eiweiß,<br>1,5g Salz       | Kompott                                                 | 129 kJ, 30 kcal,<br>0,08g Fett,<br>0,08g ges. FS,<br>6,4g KH,<br>6,4g Zucker,<br>0,32g Eiweiß,<br>0g Salz         |
| 17.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Dienstag   | Königsberger Klopse, <sup>c</sup><br>Kapernsoße, <sup>3,5,a,a1,g,l</sup><br>Leipziger Allerlei, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup>           | 2182 kJ, 523 kcal,<br>30,61g Fett,<br>13,40g ges. FS,<br>37,22g KH,<br>7,23g Zucker,<br>20,82g Eiweiß,<br>3,79g Salz | Spätzlegemüse Pfanne mit<br>Kasseler, <sup>2,3,8,a,a1,c</sup><br>helle Sauce <sup>g</sup>                                | 1925 kJ, 460 kcal,<br>22,56g Fett,<br>4,55g ges. FS,<br>36,64g KH,<br>2,61g Zucker,<br>26,59g Eiweiß,<br>5,43g Salz | Spätzle Gemüse Pfanne <sup>a,a1,c,i</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1232 kJ, 294 kcal,<br>10,86g Fett,<br>1,20g ges. FS,<br>38,45g KH,<br>4,55g Zucker,<br>8,53g Eiweiß,<br>0,13g Salz | Joghurtspeise <sup>g</sup>                              | 546 kJ, 129 kcal,<br>3,5g Fett,<br>2,3g ges. FS,<br>20,9g KH,<br>19,76g Zucker,<br>3,51g Eiweiß,<br>0,14g Salz    |
| 18.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Mittwoch   | Schweinebraten ,<br>Grüne Bohnen, <sup>g</sup><br>Kartoffelpüree <sup>1,3,5,g,l</sup>                                                                 | 1750 kJ, 419 kcal,<br>25,66g Fett,<br>10,18g ges. FS,<br>19,70g KH,<br>1,90g Zucker,<br>24,82g Eiweiß,<br>2,50g Salz | Gemüse Eintopf, <sup>i</sup><br>Wiener Wurst <sup>2,3,8</sup>                                                            | 1534 kJ, 369 kcal,<br>28,48g Fett,<br>6,34g ges. FS,<br>11,07g KH,<br>8,72g Zucker,<br>16,23g Eiweiß,<br>6,08g Salz | Milchreis mit Früchten <sup>g</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1540 kJ, 364 kcal,<br>9,25g Fett,<br>5,56g ges. FS,<br>59,46g KH,<br>39,01g Zucker,<br>10,3g Eiweiß,<br>1,23g Salz | Fruchtquark <sup>g</sup>                                | 505 kJ, 120 kcal,<br>4,2g Fett,<br>2,9g ges. FS,<br>14,2g KH,<br>12,9g Zucker,<br>5,7g Eiweiß,<br>0,1g Salz       |
| 19.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Donnerstag | Erbseneintopf mit Bockwurst <sup>2,3,8,i</sup>                                                                                                        | 2121 kJ, 508 kcal,<br>28,14g Fett,<br>9,65g ges. FS,<br>36,62g KH,<br>7,24g Zucker,<br>22,48g Eiweiß,<br>4,02g Salz  | Gebratene Hähnchenbrust,<br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Kaisergemüse, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup> | 2141 kJ, 512 kcal,<br>22,96g Fett,<br>6,26g ges. FS,<br>34,05g KH,<br>6,09g Zucker,<br>39,68g Eiweiß,<br>4,39g Salz | Blumenkohl-Brokkoli Auflauf <sup>c,g</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1020 kJ, 245 kcal,<br>16,93g Fett,<br>9,69g ges. FS,<br>6,40g KH,<br>5,28g Zucker,<br>14,92g Eiweiß,<br>1,59g Salz | Pudding <sup>1,g</sup>                                  | 367 kJ, 87 kcal,<br>1,39g Fett,<br>0,9g ges. FS,<br>15,43g KH,<br>9,41g Zucker,<br>3,09g Eiweiß,<br>0,13g Salz    |
| 20.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Freitag    | gedämpftes Fischfilet , <sup>d</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Erbsen-Möhrengemüse, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup>                | 1118 kJ, 266 kcal,<br>3,20g Fett,<br>1,92g ges. FS,<br>28,42g KH,<br>7,09g Zucker,<br>26,89g Eiweiß,<br>2,16g Salz   | Eieromelett, <sup>c,g</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Kaisergemüse, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup>   | 1591 kJ, 380 kcal,<br>16,98g Fett,<br>7,59g ges. FS,<br>30,11g KH,<br>6,00g Zucker,<br>22,79g Eiweiß,<br>2,79g Salz |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    | Milchreis <sup>g</sup>                                  | 515 kJ, 122 kcal,<br>3,76g Fett,<br>2,28g ges. FS,<br>17,95g KH,<br>10,07g Zucker,<br>4,10g Eiweiß,<br>0,43g Salz |
| 21.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Samstag    | Kräuterbraten vom Schwein,<br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Apfelrotkohl, <sup>11,3</sup><br>Rosmarinkartoffeln                                  | 2324 kJ, 556 kcal,<br>24,41g Fett,<br>9,72g ges. FS,<br>50,90g KH,<br>18,46g Zucker,<br>28,35g Eiweiß,<br>8,29g Salz | Putengulasch, <sup>i</sup><br>Blumenkohlgemüse, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup>                              | 1533 kJ, 366 kcal,<br>17,00g Fett,<br>3,85g ges. FS,<br>25,24g KH,<br>5,41g Zucker,<br>25,11g Eiweiß,<br>2,53g Salz | Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en,<br>11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n,<br>2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel,<br>5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en,<br>a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste,<br>c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse,<br>l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l |                                                                                                                    | Grießbrei mit<br>Aprikosenkompo<br>tt <sup>a,a1,g</sup> | 803 kJ, 190 kcal,<br>3,90g Fett,<br>2,32g ges. FS,<br>32,18g KH,<br>18,25g Zucker,<br>5,86g Eiweiß,<br>0,17g Salz |
| 22.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |
| Sonntag    | Schweine Hacksteak , <sup>a,a1,c,j</sup><br>Champignons mit Gemüsestreifen, <sup>i</sup><br>Kräutersauce, <sup>g</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup> | 1967 kJ, 472 kcal,<br>28,99g Fett,<br>10,98g ges. FS,<br>25,69g KH,<br>3,05g Zucker,<br>24,29g Eiweiß,<br>3,30g Salz | Rinderbraten,<br>Bratensauce, <sup>a,a1,a3</sup><br>Vitales Gemüse, <sup>i</sup><br>Kartoffeln <sup>3,5,l</sup>          | 1394 kJ, 333 kcal,<br>8,92g Fett,<br>4,53g ges. FS,<br>34,94g KH,<br>5,69g Zucker,<br>26,12g Eiweiß,<br>4,33g Salz  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    | Buttermilch-<br>Dessert <sup>g</sup>                    | 494 kJ, 117 kcal,<br>4,1g Fett,<br>2,8g ges. FS,<br>15,9g KH,<br>15,6g Zucker,<br>3,7g Eiweiß,<br>0,2g Salz       |
| 23.03.2025 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                    |                                                         |                                                                                                                   |

Änderungen sind der Küche vorbehalten !

Unser Küchenteam gibt ihnen gerne Informationen zu Rezepturen und weiteren Nährwerten. Tel.761