

## Speiseplan für die Woche vom 09.01.2023 – 13.01.2023

<b>Montag</b>	Gericht 1	Hähnchenschnitzel in Käse-Ei-Hülle, Tomatenrahmsoße, Vollkornnudeln 1816 kJ, 434 kcal (1, A1, C, G, I, J, L)	Chinakohlsalat mit Ananas und Joghurtdressing 406 kJ, 97 kcal (3, G); ovo-lacto-vegetarisch
	Gericht 2*	Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeltaschen (Kräuter- Frischkäsefüllung) 2979 kJ, 712 kcal (1, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Clementine 209 kJ, 50 kcal	
<b>Dienstag</b>	Gericht 1*	Rindfleisch-Gemüse-Pfanne (u. a. Aubergine, Zucchini, Paprika), Butterreis 2456 kJ, 587 kcal (1, A1, G, I)	
	Gericht 2	gelbe Erbsenschaumsuppe 435 kJ, 104 kcal (G, I); ovo-lacto-vegetarisch	Grieß mit gebundenen Sauerkirschen 2489 kJ, 595 kcal (1, 3, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Heidelbeerjoghurt 372 kJ, 89 kcal (1, G)	
<b>Mittwoch</b>	Gericht 1*	Kalbsleber mit Apfel-Zwiebel-Soße, Kartoffelpüree 1552 kJ, 371 kcal (1, 3, A1, I, J)	
	Gericht 2	gekochte Eier in süß-saurer Soße, Kartoffeln 2686 kJ, 642 kcal (1, 2, 3, A1, C, G, I); ovo-lacto-vegetarisch	Möhrensalat 251 kJ, 60 kcal (3); ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 kcal	

## Speiseplan für die Woche vom 09.01.2023 – 13.01.2023

<b>Donnerstag</b>	Gericht 1*	Kohlroulade mit Kartoffeln 2134 kJ, 510 kcal (1, A1, C, G, I, J)	
	Gericht 2	Heringssalat mit Apfel-Zwiebel Sauerrahm, Pellkartoffeln 2628 kJ, 628 kcal (3, 10, D, G)	Tomatensalat 130 kJ, 31 kcal; ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	H-Milch 1,5%, 0,2 l 402 kJ, 96 kcal (G)	
<b>Freitag</b>	Gericht 1*	Kartoffelsuppe (u. a. Sellerie, Möhren) 1284 kJ, 307 kcal (2, 3, I); ovo-lacto-vegetarisch	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch (u. a. Mais, rote Bohnen) 1381 kJ, 330 kcal (1, A1, I, J)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Apfelmus mit Vanillesoße 431 kJ, 103 kcal (1, 3, G)	



Das Gericht 2 entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. zertifiziert.

Das Gericht mit \* gekennzeichnet ist laktose- oder glutenfrei erhältlich.  
Nur auf Vorbestellung erhältlich: laktosefrei, glutenfrei, ovo-lacto-vegetarisch.