

Speiseplan für die Woche vom 16.01.2023 – 20.01.2023

Montag	Gericht 1*	Seelachsfilet gebacken, Estragon Soße, Karotten-Sellerie-Gemüse, Kartoffeln 2075 kJ, 496 kcal (1, 3, A1, D, G, I, J)	
	Gericht 2	Rote Linsensuppe 1079 kJ, 258 kcal (2, 3, G, I, J); ovo-lacto-vegetarisch	Pellkartoffeln mit Kräuterquark, Butter 1318 kJ, 315 kcal (G); ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Apfel 410 kJ, 98 kcal (12)	
Dienstag	Gericht 1	Pilz-Gemüse-Pfanne (u .a. Austernpilze, Butterpilze, Zucchini, Paprika, Möhren), Kräuterspätzle 1845 kJ, 441 kcal (1, A1, C, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 2*	gefüllte Paprikaschote (Schweinefleisch), Reis 2364 kJ, 565 kcal (1, A1, C, F, G, I, J)	Gurkensalat 218 kJ, 52 kcal; ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Kirschjoghurt 402 kJ, 96 kcal (1, 2, G)	
Mittwoch	Gericht 1	Blumenkohl-Knusper-Schnitzel mit Käse, Mischgemüse (Erbsen, Möhren), Kartoffeln 3264 kJ, 780 kcal (1, A1, C, G, I); ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 2*	Gebackenes Schollenfilet mit Zitronen-Butter- Soße, Erbsen, Kartoffeln 2247 kJ, 537 kcal (1, 3, 4, A1, D, G, I)	
	Dessert	H-Milch 1,5%, 0,2 l 402 kJ, 96 kcal (G)	

Speiseplan für die Woche vom 16.01.2023 – 20.01.2023

Donnerstag	Gericht 1*	Schweinesteak mit Schinken-Paprika-Soße, Pommes Frites 3406 kJ, 814 kcal (1, 2, 3, A1, G, J, L)	
	Gericht 2	gedämpftes Putenbrustfilet in Geflügelsoße, glasierte Fingermöhren, Kartoffeln 1971 kJ, 471 kcal (1, 3, A1, D, F, G, I)	
	Dessert	Clementine 209 kJ, 50 kcal	
Freitag	Gericht 1*	Grüner Bohneneintopf (u. a. Bohnen, Kartoffeln, Möhren) 619 kJ, 148 kcal (I); ovo-lacto-vegetarisch	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2	Schweineschnitzel mit Nudelsalat 2791 kJ, 667 kcal (2, 3, A1, C, F, G, J)	Tomatensalat 130 kJ, 31 kcal; ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Rote Grütze mit Vanillesoße 397 kJ, 95 kcal (1, A1, 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.