

## Speiseplan für die Woche vom 20.03.2023 – 24.03.2023

<b>Montag</b>	Gericht 1*	Gemüsepfanne (u. a. Zucchini, Paprika, Möhren), Schupfnudeln 1397 kJ, 334 kcal (1, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 2	Nudeln Carbonara (feine Kochschinken- (Schweinefleisch) und Gemüsewürfel in Bechamelsoße) 3439 kJ, 822 kcal (1, 2, 3, 7, A1, G, I)	Gurkensalat 360 kJ, 86 kcal; ovo-lacto-vegetarisch
	Gericht 3	Paprikacremesuppe 774 kJ, 185 kcal (3, G, I); ovo-lacto-vegetarisch	Germknödel mit warmer Vanillesoße 1787 kJ, 427 kcal (1, A1, C, G); ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Apfel 410 kJ, 98 kcal (12)	
<b>Dienstag</b>	Gericht 1*	Kohl-Hackfleisch-Pfanne (Schweine- und Rindfleisch), Kartoffeln 2481 kJ, 593 kcal (1, A1, G, J)	
	Gericht 2	paniertes Gemüseschnitzel, Möhren-Erbsen-Rahmgemüse, Kartoffeln 2184 kJ, 522 kcal (1, A1, A6, C, F, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 3	Kasselerbraten (Schweinefleisch), Sauerkraut, Kartoffeln 2531 kJ, 605 kcal (1, 2, 3, A1, G, I, J)	
	Dessert	Erdbeerjoghurt 389 kJ, 93 kcal (1, 2, G)	
<b>Mittwoch</b>	Gericht 1*	Kesselgulasch (Schweine- und Rindfleisch) 2046 kJ, 489 kcal (1, 10, A1, I, J, L)	Brötchen 565 kJ, 135 kcal (A1)
	Gericht 2	gedünstetes Seelachsfilet, Zitronenbuttersoße, Petersilienkartoffeln 2410 kJ, 576 kcal (1, 3, 4, A1, D, G, I)	Eisbergsalat, Gurke, Tomate 100 kJ, 24 kcal (3); ovo-lacto-vegetarisch
	Gericht 3	Hähnchenschnitzel, Blumenkohlgemüse, Kartoffeln 3184 kJ, 761 kcal (1, A1, C, G)	
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 kcal	

## Speiseplan für die Woche vom 20.03.2023 – 24.03.2023

<b>Donnerstag</b>	Gericht 1	Schweinerückenbraten mit Thymianrahmsauce, Buttermais, Kartoffeln 2895 kJ, 692 kcal (1, A1, G, I, J)	
	Gericht 2*	Kalbsragout mit Champignons, Tomaten, Gemüsereis (feine Würfel von Möhren, Sellerie) 1552 kJ, 371 kcal (1, A1, G, I, J)	Weißkraut-Möhren-Salat 264 kJ, 63 kcal (3); ovo-lacto-vegetarisch
	Gericht 3	Gemüsepfanne mit Kartoffelrösti (Zucchini, Paprika, Möhren) 1674 kJ, 400 kcal (1, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	H-Milch 1,5% 402 kJ, 96 kcal (G)	
<b>Freitag</b>	Gericht 1*	Kartoffelsuppe (u. a. Sellerie, Möhren) 1284 kJ, 307 kcal (2, 3, I)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2	Gemüse Eintopf (u. a. Rosenkohl, Erbsen, Kartoffeln) 862 kJ, 206 kcal (I); ovo-lacto-vegetarisch	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 3	Currywurst (Schweinefleisch) mit Tomaten- Currysoße, Kartoffelpüree 2473 kJ, 591 kcal (1, 2, 3, 7, A1, G, I, J, L)	
	Dessert	Vanillepudding 812 kJ, 194 kcal (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.