

## Speiseplan für die Woche vom 04.01.2021 – 08.01.2021

<b>Montag</b>	Gericht 1*	Hähnchenschnitzel in Käse-Ei-Hülle, Tomatensoße, Vollkornnudeln 1816 kJ, 434 kcal (1, A1, C, G, I, J, L)	Chinakohlsalat mit Ananas und Joghurtdressing 406 kJ, 97 kcal (3, G)
	Gericht 2	Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse-Füllung) 1464 kJ, 350 kcal (1, A1, G), ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Apfel 410 kJ, 98 kcal (12)	
<b>Dienstag</b>	Gericht 1*	Rindfleisch-Gemüse-Pfanne (u. a. Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeln 2456 kJ, 587 kcal (1, A1, G, I)	
	Gericht 2	Milchreis mit Zimt und Zucker 1996 kJ, 477 kcal (3, G), ovo-lacto-vegetarisch	Apfelmus 339 kJ, 81 kcal (3)
	Dessert	Heidelbeerjoghurt 372 kJ, 89 kcal (1, G)	
<b>Mittwoch</b>	Gericht 1*	Kalbsleber mit Apfel-Zwiebelstreifen, Kartoffelpüree 2360 kJ, 564 kcal (1, 3, A1, G, I, J)	
	Gericht 2	gekochte Eier mit süß-saurer Soße, Kartoffeln 2686 kJ, 642 kcal (1, 2, 3, A1, C, G, I), ovo-lacto-vegetarisch	Möhrensalat 251 kJ, 60 kcal (3)
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 kcal	

## Speiseplan für die Woche vom 04.01.2021 – 08.01.2021

<b>Donnerstag</b>	Gericht 1*	Kohlroulade mit Kartoffeln 2134 kJ, 510 kcal (1, A1, C, G, I, J)	
	Gericht 2	Pellkartoffeln mit Kräuterquark, Butter 1318 kJ, 315 kcal (G), ovo-lacto-vegetarisch	Tomatensalat 130 kJ, 31 kcal
	Dessert	Kirschquark 381 kJ, 91 kcal (1, 2, G)	
<b>Freitag</b>	Gericht 1*	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch 1381 kJ, 330 kcal (1, A1, I, J)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2*	Kartoffelsuppe (u. a. Sellerie, Möhren) 1531 kJ, 366 kcal (2, 3, A1, A4, I), ovo-lacto-vegetarisch	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Clementine 209 kJ, 50 kcal	



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.