

## Speiseplan für die Woche vom 05.07.2021 – 09.07.2021

<b>Montag</b>	Gericht 1*	Currywurst (Schweinefleisch) mit Tomatensoße, Kartoffelpüree 3059 kJ, 731 kcal (1, 2, 3, 7, A1, G, I, J, L)	Chinakohlsalat mit Gurke 276 kJ, 66 kcal (3)
	Gericht 2	Grieß mit Sauerkirschen 1209 kJ, 289 kcal (1, 3, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Apfel 410 kJ, 98 kcal (12)	
<b>Dienstag</b>	Gericht 1*	Sahnehering mit Bratkartoffeln 1707 kJ, 408 kcal (2, 3, 10, 11, C, D, G)	
	Gericht 2	Fleischbällchen (Schweine- und Rindfleisch) mit Käsesahnesoße, Kartoffeln 2548 kJ, 609 kcal (1, A1, C, G, I)	Eisbergsalat mit Gurke, Tomate 100 kJ, 24 kcal (3)
	Dessert	Erdbeerjoghurt 389 kJ, 93 kcal (1, 2, G)	
<b>Mittwoch</b>	Gericht 1*	gedünstete Hähnchenbrust mit Geflügelrahmssoße, Juliennegemüse (u. a. Möhren, Porree, Sellerie), Kartoffeln 3117 kJ, 745 kcal (1, 3, A1, G, I, J)	
	Gericht 2	Ratatouille mit Kartoffeltaschen (Tomate, Zucchini, Aubergine) 1443 kJ, 345 kcal (1, A1, G, J); ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 kcal	

## Speiseplan für die Woche vom 05.07.2021 – 09.07.2021

<b>Donnerstag</b>	Gericht 1*	Krustenbraten vom Schwein, Sommergemüse (Blumenkohl, Bohnen, Möhren), Kartoffeln 3059 kJ, 731 kcal (1, 2, 3, 14, A1, G, I, J)	
	Gericht 2	Lachsragout mit Zucchini, Naturreis 2678 kJ, 640 kcal (1, 3, A1, D, F, G, I)	Tomatensalat 226 kJ, 54 kcal
	Dessert	Vanillepudding 1218 kJ, 291 kcal (G)	
<b>Freitag</b>	Gericht 1	Kartoffelsuppe (u. a. Sellerie, Möhren) mit Wiener Wurst (Schweinefleisch) 2050 kJ, 490 kcal (2, 3, 4, I)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2*	Fischsoljanka (u. a. Seelachswürfel, Paprika, Möhren, Porreestreifen) 2431 kJ, 581 kcal (1, 2, 3, A1, A4, D, F, G, I, J)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Wassermelone 318 kJ, 76 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.