

Speiseplan für die Woche vom 11.01.2021 – 15.01.2021

Montag	Gericht 1	Ratatouille (Tomate, Zucchini, Aubergine) mit Kartoffeltaschen 1443 kJ, 345 kcal (1, A1, G, J), ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 2*	Hühnerfrikassee mit Butterreis 1284 kJ, 307 kcal (1, 3, A1, D, F, G, I)	Möhrensalat 192 kJ, 46 kcal (3)
	Dessert	Apfel 410 kJ, 98 kcal (12)	
Dienstag	Gericht 1*	gefüllte Paprikaschote (Schweinefleisch), Butterreis 1787 kJ, 427 kcal (1, A1, C, F, G, I, J)	Eisbergsalat mit Gurke, Paprika und Tomaten 100 kJ, 24 kcal (3)
	Gericht 2	Pilz-Gemüse-Pfanne mit Spätzle (u. a. Austernpilze, Butterpilze, Zucchini, Paprika, Möhren), 1845 kJ, 441 kcal (1, A1, C, G), ovo-lacto-vegetarisch	Eisbergsalat mit Gurke, Paprika und Tomaten 100 kJ, 24 kcal (3)
	Dessert	Pfirsich-Maracuja-Joghurt 389 kJ, 93 kcal (1, 3, 10, G)	
Mittwoch	Gericht 1	Blumenkohl-Knusper-Schnitzel, Kohlrabi-Möhren-Gemüse, Kartoffeln 3456 kJ, 826 kcal (1, A1, C, G, I), ovo-lacto-vegetarisch	
	Gericht 2*	Seelachsfilet in Eihülle mit Rahmspinat, Kartoffeln 2284 kJ, 546 kcal (1, 2, 3, A1, C, D, G, I, J)	
	Dessert	H-Milch 1,5%, 0,2 l 402 kJ, 96 kcal (G)	

Speiseplan für die Woche vom 11.01.2021 – 15.01.2021

Donnerstag	Gericht 1*	Schweinesteak mit Schinken-Paprika-Soße, Bratkartoffeln 3406 kJ, 814 kcal (1, 2, 3, A1, G, J, L)	
	Gericht 2	Gemüse-Kartoffel-Gratin mit Bechamelsauce 2264 kJ, 541 kcal (1, 3, A1, C, F, G, I), ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Rote Grütze mit Vanillesoße 397 kJ, 95 kcal (1, A1, G)	
Freitag	Gericht 1*	Steckrübeneintopf mit Kasseler (u.a. Schweinefleisch, Möhren, Sellerie) 1209 kJ, 289 kcal (I)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2*	Grüner Bohneneintopf (u. a. Bohnen, Kartoffeln, Möhren) 866 kJ, 207 kcal (2, A1, A4, I), ovo-lacto-vegetarisch	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 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.