

## Speiseplan für die Woche vom 25.07.2022 – 29.07.2022

<b>Montag</b>	Gericht 1*	Hähnchenschnitzel in Käse-Ei-Hülle, Tomatenrahmsauce, Vollkornnudeln 1816 kJ, 434 kcal (1, A1, C, G, I, J, L)	Chinakohlsalat mit Ananas und Joghurtdressing 406 kJ, 97 kcal (3, G); ovo-lacto-vegetarisch
	Gericht 2	Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse-Füllung) 1464 kJ, 350 kcal (1, A1, G); ovo-lacto-vegetarisch	
	Dessert	Wassermelone 238 kJ, 57 kcal	
<b>Dienstag</b>	Gericht 1	gedämpfter Kasseler Kamm mit Kartoffelsalat 1753 kJ, 419 kcal (2, 3, A1, C)	
	Gericht 2*	Rindfleisch-Gemüse- Pfanne (u. a. Aubergine, Zucchini, Paprika), Reis 2456 kJ, 587 kcal (1, A1, G, I)	
	Dessert	Heidelbeerjoghurt 372 kJ, 89 kcal (1, G)	
<b>Mittwoch</b>	Gericht 1*	Kalbsragout mit Champignons, Tomaten, Gemüsereis (feine Würfel von Möhren und Sellerie) 1782 kJ, 426 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); ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	Banane 682 kJ, 163 kcal	

## Speiseplan für die Woche vom 25.07.2022 – 29.07.2022

<b>Donnerstag</b>	Gericht 1*	Kohlroulade mit Kartoffeln 2134 kJ, 510 kcal (1, A1, C, G, I, J)	
	Gericht 2	Heringssalat mit Apfel- Zwiebel-Sauerrahm, Pellkartoffeln 2833 kJ, 677 kcal (3, 10, D, G)	Tomatensalat 130 kJ, 31 kcal; ovo-lacto-vegetarisch
	Dessert	H-Milch 1,5%, 0,2 l 402 kJ, 96 kcal (G)	
<b>Freitag</b>	Gericht 1*	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)
	Gericht 2	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch (u. a. Mais, rote Bohnen) 1381 kJ, 330 kcal (1, A1, I, J)	Vollkornbrot 247 kJ, 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Nektarine 259 kJ, 62 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.