

NAME:

Abgabefrist: 02.09.2025

Speiseplan vom 09.09.2025

bis 15.09.2025

KW: 37

	Menü 1	Menü 2
<b>Dienstag</b> 09.09.2025	<b>Königsberger Klopse</b> <small>A, Aa, D</small> <b>Kapernsauce</b> <small>A, Aa, B, G, H, J</small> <b>Rote Bete</b> <sup>4</sup> <b>Langkornreis</b>  433 kcal; 23 g Eiweiß; 14 g Fett; 54 g KH	<b>Gemüsepfanne mit Kartoffelwürfeln &amp; Quorn</b> <small>A, Aa, B, D, H, K</small> <b>Käse-Basilikum-Sauce</b> <small>A, Aa, B, G, H</small>  320 kcal; 20 g Eiweiß; 11 g Fett; 31 g KH
<b>Mittwoch</b> 10.09.2025	<b>Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce</b> <b>Kohlrabigemüse</b> <sup>J</sup> <b>Spätzle</b> <small>A, Aa, D</small>  352 kcal; 27 g Eiweiß; 7 g Fett; 43 g KH	<b>Mediterrane Gemüsepfanne m. veget.</b> <b>Bällchen</b> <small>A, Aa, D, G, J</small> <b>Gnocchi</b> <small>A, Aa, 12</small>  529 kcal; 27 g Eiweiß; 15 g Fett; 66 g KH
<b>Donnerstag</b> 11.09.2025	<b>Rindergulasch Ungarische Art</b> <small>A, Aa, 12</small> <b>Fusilli</b> <small>A, Aa, D</small>  333 kcal; 27 g Eiweiß; 7 g Fett; 39 g KH	<b>Gemüse-Nuggets</b> <small>A, Aa, J, K, 12</small> <b>Käsesauce</b> <small>B, H, J</small> <b>Lauchgemüse in Rahm</b> <small>B, H, J</small> <b>Gebackene Kartoffelecken</b>  495 kcal; 13 g Eiweiß; 24 g Fett; 53 g KH
<b>Freitag</b> 12.09.2025	<b>Pangasiusfilet</b> <small>A, Aa, E</small> <b>Käse-Basilikum-Sauce</b> <small>A, Aa, B, G, H</small> <b>Brokkoli-Röschen</b> <sup>J</sup> <b>Kartoffelstampf</b> <small>B, H</small>  349 kcal; 25 g Eiweiß; 11 g Fett; 33 g KH	<b>Veget. gefüllte Paprika</b> <small>A, Aa, B, H, J, K</small> <b>Tomatensauce</b> <sup>J</sup> <b>Gemüsereis</b> <small>A, Aa, B, H, J, K</small>  320 kcal; 12 g Eiweiß; 3 g Fett; 57 g KH
<b>Samstag</b> 13.09.2025	<b>Hühnersuppentopf mit Nudeln</b> <small>A, Aa, J</small>  263 kcal; 15 g Eiweiß; 13 g Fett; 19 g KH	<b>Mini Hefeklöße</b> <small>A, Aa, B, D, H</small> <b>Blaubeersauce</b> <b>Vanillesauce</b> <small>B, H</small>  448 kcal; 14 g Eiweiß; 5 g Fett; 87 g KH
<b>Sonntag</b> 14.09.2025	<b>Schweinenacknbraten</b> <small>A, Aa, G, J, K, 12</small> <b>braune Speck-Sauce</b> <b>Glacierter Schmorkohl</b> <b>Semmelknödel</b> <small>A, Aa, D</small>  456 kcal; 32 g Eiweiß; 20 g Fett; 35 g KH	<b>Brokkoli-Kartoffelgratin</b> <small>B, H</small> <b>Käse-Basilikum-Sauce</b> <small>A, Aa, B, G, H</small> <b>Gartengemüse</b> <sup>J</sup>  455 kcal; 15 g Eiweiß; 32 g Fett; 26 g KH
<b>Montag</b> 15.09.2025	<b>Rollbraten vom Hähnchen</b> <small>G, J, 1</small> <b>Geflügelsauce</b> <sup>J</sup> <b>Steckrübensgemüse</b> <sup>J</sup> <b>Schupfnudeln</b> <small>A, Aa, D</small>  452 kcal; 21 g Eiweiß; 17 g Fett; 54 g KH	<b>Veget. grünes Currygericht mit Gemüse &amp; Soja</b> <small>A, Aa, B, D, G, H, J</small> <b>Basmatireis</b>  358 kcal; 15 g Eiweiß; 13 g Fett; 43 g KH

(A) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (Aa) Weizen und Weizenerzeugnisse, (B) Laktose, (D) Eier und -erzeugnisse, (E) Fisch und -erzeugnisse, (G) Soja und -erzeugnisse, (H) Milch und -erzeugnisse, (J) Sellerie und -erzeugnisse, (K) Senf und -erzeugnisse (1) mit Konservierungsstoff, (4) mit Süßungsmittel, (12) mit Farbstoff

Beachten Sie bitte, dass Speisepläne ohne Namen nicht berücksichtigt werden!