



Speiseplan für die Kalenderwoche 12 18.03.2024 bis 22.03.2024



Dienstag 19.03.2024

**Gegrilltes Seelachsfilet^E
auf 8 – Kräutersoße^{A, A1, H, 12}
dazu Kartoffelstampf^{B, H}
Rote Bete⁴
frisches Obst**

613 kcal; 35 g Fett; 86 g KH; 9 g Eiweiß

Mittwoch 20.03.2024

**Makkaroni- Bio-Vollkornnudel Mix^A
Tomatensoße mit
Würstchenscheiben(Geflügel)^{A, A1, B, H, K, 1, 2, 12, 16}
hausgemachter Gurkensalat^{M, 2}
Apfelmusdessert²**

719 kcal; 27 g Fett; 93 g KH; 20 g Eiweiß

Donnerstag 21.03.2024

**Gemüse Gouda Stäbchen^{A1, B, D, H, J}
Schnittlauchsoße^{A, A1, B, H, J, 12}
Brechbohnen
Salzkartoffeln
frisches Obst**

420 kcal; 19 g Fett; 52 g KH; 9 g Eiweiß

Montag 18.03.2024

**Kürbissuppe mit Kartoffeln, Möhren und
frischer Petersilie^H
Muschelbrötchen^{A1, A4}
Erdbeerpudding^{H, 1}**

326 kcal; 4 g Fett; 58 g KH; 12 g Eiweiß



Freitag 22.03.2024

**Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren^{A,}
^{A1, H, 2, 12}
Parboiled Langkornreis
frischer Eisberg-Maissalat
Buttermilchdessert^H**

569 kcal; 30 g Fett; 50 g KH; 24 g Eiweiß

Zusatzstoffe: 1 - mit Konservierungsstoff / 2 -mit Antioxidationsmittel / 3 -mit Geschmacksverstärker / 4,5 -mit Süßungsmittel / 6,7 -mit einer Zuckerart und Süßungsmittel / 8,9 -mit Zuckerarten und Süßungsmittel / 10 -enthält eine Phenylalaninquelle / 11 -kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken / 12 -mit Farbstoff / 13 -geschwefelt / 14 -gewachst / 15 -geschwärzt / 16 -mit Phosphat / 26 -genetisch verändert /

Allergene: A -Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse / A1 -Weizen und Weizenerzeugnisse / A2 -Dinkel und Dinkelerzeugnisse / A3 -Kamut und Kamuterzeugnisse / A4 -Roggen und Roggenerzeugnisse / A5 -Gerste und Gersteerzeugnisse / A6 -Hafer und Hafererzeugnisse / A7 -Hybridstämme / B -Laktose / C -Krebstiere und -erzeugnisse / D -Eier und -erzeugnisse / E -Fisch und -erzeugnisse / F -Erdnüsse und -erzeugnisse / G -Soja und -erzeugnisse / H -Milch und -erzeugnisse / I -Schalenfrüchte und -erzeugnisse / I1 -Mandeln und Mandelerzeugnisse / I2 -Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse / I3 -Walnüsse und Walnusserzeugnisse / I4 -Cashewnüsse und Cashewnusserzeugnisse / I5 -Pecannüsse und Pecanusserzeugnisse / I6 -Paranüsse und Paranusserzeugnisse / I7 -Pistazien und Pistazienerzeugnisse / I8 -Macademia- oder Queenslandnüsse und -erzeugnisse / J -Sellerie und -erzeugnisse / K -Senf und -erzeugnisse / L -Sesamsamen und -erzeugnisse / M - Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben / N -Lupine und -erzeugnisse / O -Weichtiere und -erzeugnisse