



Speiseplan für die Kalenderwoche 38 16.09.2024 bis 20.09.2024



Dienstag
17.09.2024

Blumenkohl-Käse-Stern ^{A, D, G, H, J, 1}

Schnittlauchsoße ^{A, A1, B, H, J, 12}

Broccoli

Parboiled Natur-Vollkornreis

Buttermilchdessert ^{B, H}

603 kcal; 25 g Fett; 77 g KH; 16 g Eiweiß

Mittwoch
18.09.2024

Schweinebraten

mit eigener Bratensoße ^{A, A1, 12}

Petersilienkartoffeln

hausgemachter Gurkensalat ^{M, 2}

frisches Obst

582 kcal; 28 g Fett; 56 g KH; 26 g Eiweiß

Donnerstag
19.09.2024

Gedünstetes Seelachsfilet ^E

Knoblauch - Kräutersoße ^A

dazu Spätzle ^{A, D}

knackiger Gartensalat

Grütze mit Vanillesoße ^{B, H, 12}

708 kcal; 20 g Fett; 94 g KH; 36 g Eiweiß

Montag
16.09.2024

**Gelbe Erbsen Eintopf mit Kartoffeln und
Gemüse** ^J

Geflügel-Wiener ^{2, 3}

Joghurtdessert ^{B, H}

694 kcal; 22 g Fett; 91 g KH; 33 g Eiweiß



Freitag
20.09.2024

Gekochte Eier ^D

in leichter Senfsoße ^{A, A1, B, H, K, 2, 12}

Petersilienkartoffeln

Rote Bete ⁴

frisches Obst

541 kcal; 26 g Fett; 80 g KH; 15 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 übermäßigem 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 - Macadamia- 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