

# Speiseplan

KW 4 | 20.01. bis 24.01.2025



Die grün hinterlegten Angebote/Komponenten entsprechen dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen. Sie wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert und mit diesem Logo  ausgezeichnet.



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Veggietag	Freitag
<b>Menü 1</b> DGE-Linie	<b>Veggie-Gulasch (mit veg. Würfelchen auf Milchbasis)</b> Parboiled Reis (Bio) Gurkensalat mit Joghurt	<b>Gemüse-Nuggets (Mais, Karotte, Pastinake)</b> Kartoffelstampf Erbsen - Karotten a la Creme	<b>Vollkorn-Fusilli (BIO)</b> Lachs - Tomatenrahmsoße Reibekäse Blattsalat Kräutervinaigrette	<b>Linsensuppe mit Süßkartoffelwürfeln</b> Weizenbrötchen	<b>Hähnchenbrüstchen</b> Salzkartoffeln Rahmbrokkoli
	kj: 1496 kcal: 357,6	kj: 1902 kcal: 454,5	kj: 2332 kcal: 557,4	kj: 1577 kcal: 377,0	kj: 944 kcal: 225,7
<b>Menü 2</b> Bunte Vielfalt	<b>Rindergulasch</b> Kartoffelknödel Gurkensalat mit Joghurt	<b>Geflügel-Nürnberger</b> Kartoffelstampf Erbsen - Karotten a la Creme	<b>Vollkorn-Fusilli (BIO)</b> Tomaten-Frischkäsesoße Blattsalat Kräutervinaigrette	<b>American Pancake</b> Vanillesoße Zimtucker Rohkost (Gurke/Karotte)	<b>Brokkoli-Kartoffel-Gratin</b> Karotten-Apfel-Salat
	kj: 1526 kcal: 364,7	kj: 1466 kcal: 350,4	kj: 1943 kcal: 464,3	kj: 2581 kcal: 617,0	kj: 1306 kcal: 312,2
<b>Menü 3</b> Gluten-Lactosefrei	<b>°Gemüsegulasch (Kartoffel, Zucchini, Karotte)</b> °Parboiled Reis (BIO) °Gurkensalat mit Joghurt °Frischobst	<b>°Geflügel-Nürnberger</b> °Kartoffelstampf °Erbsen - Karottengemüse °Alpro Soja Schoko	<b>°Lachs-Tomatenrahmsoße</b> °Fusilli °Blattsalat °Kräutervinaigrette °Frischobst	<b>°Linsensuppe</b> °Brötchen °Joghurtdessert	<b>°Hähnchenbrustfilet</b> °Salzkartoffeln °Brokkoli a la Creme °Frischobst
	kj: 2276 kcal: 544,0	kj: 2156 kcal: 515,3	kj: 3387 kcal: 809,6	kj: 1880 kcal: 449,3	kj: 1615 kcal: 385,9
<b>Menü 4</b> Salat-Linie	<b>'Glasnudelsalat' mit Chinakohl, Paprika, Karotten, Minze, Lauchzwiebeln</b> Weizenbrötchen 'Erdnussdressing	<b>'Spanischer Salat' mit Blattsalat, Paprika, Oliven, Tomaten, Thunfisch</b> Weizenbrötchen 'Rahm-Dressing	<b>'Holländischer Salat' mit Blattsalat, Karotte, Tomate, Gurke, Gouda</b> Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing	<b>'Deutscher Salat' mit Blattsalat, Tomate, Mais, Gurke, Ei</b> Weizenbrötchen 'Joghurt-Dressing	<b>'Schichtsalat' Sellerie, Mais, Ananas, Apfel, Frühlingszwiebel, Ei</b> Weizenbrötchen 'French-Dressing
	kj: 1590 kcal: 380,0	kj: 1753 kcal: 419,0	kj: 2558 kcal: 611,4	kj: 1920 kcal: 458,8	kj: 2434 kcal: 581,7
<b>Dessert</b>	<b>Frischobst</b>	<b>Schokokuchen</b>	<b>Frischobst</b>	<b>Erdbeerquark</b>	<b>Frischobst</b>
	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 971 kcal: 232,0	kj: 204 kcal: 48,8	kj: 294 kcal: 70,4	kj: 204 kcal: 48,8

**Allergene:** E enthält Eier | Er enthält Erdnuss | F enthält Fisch | G Glutenhaltiges Getreide | W enthält Weizen | R enthält Roggen | Ge enthält Gerste | H enthält Hafer | D enthält Dinkel | Kh/Ka enthält Khorasan/Kamut | K enthält Krebstiere | Lu enthält Lupine | M enthält Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose L\*) | S enthält Soja | Schf Schalenfrüchte/Nüsse | H1 enthält Mandel | H2 enthält Haselnuss | H3 enthält Walnuss | H4 enthält Kaschunuss | H5 enthält Pecannuss | H6 enthält Paranuss | H7 enthält Pistazie | H8 enthält Macadamianuss | H9 enthält Queenslandnuss | Sf enthält Senf | Sr enthält Sellerie | Ss enthält Sesam | Sw enthält Schwefeldioxid und Sulfite | We enthält Weichtiere

**Zusatzstoffe:** 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Phosphat | 5 mit Süßungsmittel | 6 mit Geschmacksverstärker | 7 geschwärzt | 8 geschwefelt | 9 mit Nitritpökelsalz | 10 gewachst  
**Nährwertangaben:** kcal Kilokalorien | kJ Kilojoule

\* in der gluten- & lactosefreien Menülinie verwenden wir selbstverständlich ausschließlich lactosefreie Milch!