



Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Vegetarisch		Vegetarisch		Vegetarisch		Vegetarisch		Vegetarisch	
Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Langkornreis		Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln		Eieromellette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln		Kartoffelpuffer mit Apfelmus		Vollkornspirelli mit Linsen-Bolognese und Gouda, dazu Gurkensticks	
Gluten (Weizen), Senf, Sellerie		Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)		Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)		Eier, Süßfr.		Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)	
kJ 550 / kcal 131 / Fett 4,4g, davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 18,4g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,29g / BE 1,5		kJ 591 / kcal 142 / Fett 7,9g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1		kJ 373 / kcal 88 / Fett 4,1g, davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 9,6g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,49g / BE 0,8		kJ 599 / kcal 142 / Fett 7,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 16g, davon Zucker 5,6g / Eiweiß 1,8g / Salz 0,61g / BE 1,3		kJ 517 / kcal 123 / Fett 2,3g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,91g / BE 1,7	
Vollkost									
Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln		Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingesnudeln		Wurstgulasch mit Geflügelwienerei, dazu Makaroni		Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis		Käsespätzle mit Röstzwiebeln	
Milch (Lactose), Sellerie		Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen		Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie		Milch (Lactose)		Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)	
kJ 305 / kcal 73 / Fett 2,4g, davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 9,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,54g / BE 0,8		kJ 544 / kcal 127 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 18,7g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 6g / Salz 0,56g / BE 1,6		kJ 661 / kcal 158 / Fett 5,3g, davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 21,1g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,79g / BE 1,8		kJ 469 / kcal 112 / Fett 1,9g, davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,93g / BE 1,5		kJ 768 / kcal 183 / Fett 9,7g, davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5	
Vegetarische Alternative									
Mildes Curry mit Tomaten-Kokossauce und Veggiestreifen, dazu Möhren und Salzkartoffeln		Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu Schmetterlingesnudeln		Bio-Paprikarahmsauce mit Makaroni		Süßkartoffel-Tikka-Masala, dazu Erbsen mit Langkornreis		Käsespätzle mit Röstzwiebeln	
1		Gluten (Weizen), Sojabohnen		Gluten (Weizen), Milch (Lactose)		Sojabohnen		Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)	
kJ 399 / kcal 96 / Fett 2,0g, davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 14,9g, davon Zucker 3,7g / Eiweiß 3,9g / Salz 0,67g / BE 1,2		kJ 455 / kcal 109 / Fett 2,1g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 18g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,9g / BE 1,5		kJ 529 / kcal 127 / Fett 2,8g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 20,8g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 3,8g / Salz 0,82g / BE 1,7		kJ 482 / kcal 114 / Fett 2,5g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 16,6g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 3,8g / Salz 0,93g / BE 1,6		kJ 768 / kcal 183 / Fett 9,7g, davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5	
Gluten-, Lactosefrei									
Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis		Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus		Wurstgulasch mit Geflügelwienerei, dazu Gnocchi		Kräftiger Kartoffeleintopf		Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis	
3		3		1, 3, 8		Sellerie		kJ 333 / kcal 80 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,9g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 1,14g / BE 1	
kJ 547 / kcal 131 / Fett 3,1g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 1,34g / BE 1,7		kJ 511 / kcal 122 / Fett 3,7g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 20,8g, davon Zucker 9,7g / Eiweiß 1,2g / Salz 0,49g / BE 1,7		kJ 782 / kcal 187 / Fett 10,5g, davon ges. Fettsäuren 4,0g / KH 17,6g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 5,6g / Salz 1,29g / BE 1,5		kJ 249 / kcal 60 / Fett 2,1g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 8,9g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,93g / BE 0,7		kJ 333 / kcal 80 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,9g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 1,14g / BE 1	
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.									

Wenn im Hauptgericht keine Gemüßbeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.