

SPEISEKARTE



KW 48
Dienstag

24.11.2025
Mittwoch

bis

27.11.2025
Donnerstag

Montag

Vegetarisch			
Knuspriges Schnitzel auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Klöße Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 1 kJ 469 / kcal 112 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 16,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,3 g / BE 1,4	Bio-Gemüse-Gulasch mit Bio-Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen) kJ 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47	Bratwurst auf Erbsenbasis mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier kJ 656 / kcal 157 / Fett 8,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,57 g / BE 1,20	Linseneintopf mit Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie  kJ 451 / kcal 107 / Fett 1g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 18g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 5,4g / Salz 1,18g / BE 1,5
Vollkost			
Paniertes Hähnchenschnitzel mit Bratensauce, dazu Blumenkohl und Klöße Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose)  kJ 683 / kcal 163 / Fett 8,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 16,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,15 g / BE 1,4	Rindergulasch mit Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen), Senf  kJ 569 / kcal 136 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 18,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,72 g / BE 1,57	Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Milch (Lactose) 8  kJ 686 / kcal 164 / Fett 9,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 11,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 7,0 g / Salz 1,58 g / BE 0,99	Linseneintopf mit Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie  kJ 451 / kcal 107 / Fett 1g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 18g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 5,4g / Salz 1,18g / BE 1,5
Gluten-, Lactosefrei			
Bunter Gemüseeintopf kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g, KH 5,8 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 1,0 g / Salz 1,03 g / BE 0,49	Rinderbraten in brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln kJ 366 / kcal 88 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g, KH 9,0 g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,93 g / BE 0,75	Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi Senf kJ 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g, KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,20	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Eier, Sojabohnen kJ 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57
DE-ÖKO-003			

Nährwerte pro 100 g