

# SPEISEPLAN

02.12.2024 - 08.12.2024

KW 49	Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 02.12.2024	Nasi Goreng mit einem bunten Salat 1/2/A/A1/F/G/I/J/K/L	Linsenragout mit Blattspinat, Sesam-Kartoffelbällchen und Koriander-Dip 1/A/A1/A3/C/F/G/I/J/K/L
	Schichtcreme mit Pfirsiche G 749 kCal 114g KH 66,9g Zucker 13,9g Fett 3,5g ges. FS 38g EW 4,4g Salz	Schichtcreme mit Pfirsiche G 1937 kCal 94,8g KH 25,6g Zucker 160,3g Fett 16,3g ges. FS 25,3g EW 6g Salz
Dienstag 03.12.2024	Kasseler Rahmsauce dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree 2/3/8/A/A1/F/G/I/J/L	Kichererbsenpfannkuchen mit Wirsing und Walnußpesto 1/2/3/7/A/A1/A3/C/D/F/G/H/H3/H4/I/J/K/L/M/N
	Eis A/A1/E/F/G/H/L 771 kCal 88,5g KH 49,7g Zucker 27,5g Fett 16,9g ges. FS 37,4g EW 14,3g Salz	Eis A/A1/E/F/G/H/L 988 kCal 82,1g KH 32,1g Zucker 55,1g Fett 17,8g ges. FS 34,1g EW 18,5g Salz
Mittwoch 04.12.2024	Weißer Bohneneintopf mit Mettendchen 2/3/A/C/G/I/J	Falafel mit Joghurt-Gurkensauce dazu Taboulé (Couscous-Salat) 2/7/B/A/A1/C/F/G/H/I/J/K/M
	Weiße-Schoko-Mousse C/G/H/H1/H2* 1034 kCal 46g KH 22,3g Zucker 71,7g Fett 28,8g ges. FS 46,5g EW 8,7g Salz	Weiße-Schoko-Mousse C/G/H/H1/H2* 863 kCal 87,4g KH 18g Zucker 43,3g Fett 21,7g ges. FS 26g EW 10,3g Salz
Donnerstag 05.12.2024	hausgemachte Lasagne mit Blattsalaten 2/A/A1/C/F/G/I/J/K/L/M	Gefüllte Tortillafleaden mit gebratenem Soja, dazu Koriander-Dip und Blattsalaten 2/A/A1/C/F/G/I/J
	Vanillecreme 1/G 1090 kCal 87,7g KH 27g Zucker 60,6g Fett 14,5g ges. FS 45,9g EW 1,2g Salz	Vanillecreme 1/G 583 kCal 76,8g KH 32,1g Zucker 15g Fett 23,6g ges. FS 30,2g EW 4,5g Salz
Freitag 06.12.2024	gebratener Fisch mit Dillsauce dazu Blattspinat mit Sahne und Petersilienkartoffeln 2/A/A1/C/D/F/G/I/J/K/L/M	Gebackene Mozzarellascheiben mit Ajvar-Dip dazu Blattspinat mit Sahne 2/A/A1/C/F/G/I/J/K/L/M
	Käsekuchen 1/A/A1/C/F/G/K/M 769 kCal 79,2g KH 27,6g Zucker 39,4g Fett 10,8g ges. FS 21,5g EW 2,2g Salz	Käsekuchen 1/A/A1/C/F/G/K/M 995 kCal 76,7g KH 24,9g Zucker 55,9g Fett 38g ges. FS 43g EW 6,1g Salz
Samstag 07.12.2024	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Kartoffellauchgratin und einem Kopfsalat mit Buttermilchdressing A/A1/C/E/G/H/H1/H2/H3/H7/K	vegetarische Maultasche im Gemüsesud A/A1/C/F/G/K/M
	Frischobst 387 kCal 36,9g KH 13,1g Zucker 16,3g Fett 7,6g ges. FS 21,9g EW 2g Salz	Frischobst 269 kCal 33,7g KH 10,4g Zucker 7,6g Fett 8,3g ges. FS 15,7g EW 4,2g Salz
Sonntag 08.12.2024	Gulasch mit Paprika und Pilzen, dazu Petersilienkartoffeln und Schwarzwurzelgemüse 1/2/3/A/A1/F/G/I/J/K/L/M	Omelette mit gebratenen Pilzen dazu Kräutersoße und Kartoffelgratin 2/C/G/L
	Donuts 1/A/A1/C/F/G 539 kCal 59,6g KH 16,8g Zucker 16,6g Fett 5,1g ges. FS 29g EW 4,1g Salz	Donuts 1/A/A1/C/F/G 1258 kCal 55,5g KH 21,7g Zucker 82,9g Fett 22,5g ges. FS 72,1g EW 9,6g Salz

**Zusatzstoffe & Allergene:**

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, A enthält glutenhaltiges Getreide, A1 enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, A3 enthält Gerste, C enthält Eier, D enthält Fisch, E enthält Erdnüsse, F enthält Soja, G enthält Milch, H enthält Schalenfrüchte (Nüsse), H1 enthält Haselnüsse, H2 enthält Mandeln, H3 enthält Walnüsse, H4 enthält Cashewnüsse, H5 enthält Pekannüsse, H6 enthält Paranüsse, H7 enthält Macadamianüsse, H8 enthält Pistazien, I enthält Sellerie, J enthält Senf, K enthält Sesam, L enthält Schwefeldioxid und Sulfite, M enthält Lupine, N enthält Weichtiere/-erzeugnisse  
(\* = Allergene können in Spuren enthalten sein)

KW 49

Vollkost ohne Schwein

Montag 02.12.2024	Nasi Goreng mit Hühnchen und Gemüse, dazu einen bunten Salat	1/2/A/A1/F/G/I/J/K/L
	Schichtcreme mit Pfirsiche	G
751 kCal 114,4g KH 67,2g Zucker 13,9g Fett 3,5g ges. FS 38,1g EW 4,4g Salz		
Dienstag 03.12.2024	gebratenes Hähnchen mit Bohnengemüse und Bulgur	A/A1/C/F/G/H/I/J
	Eis	A/A1/E/F/G/H/L
771 kCal 88,4g KH 49,7g Zucker 27,5g Fett 16,9g ges. FS 37,4g EW 14,3g Salz		
Mittwoch 04.12.2024	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch und Kartoffeln	I
	Weiß-Schoko-Mousse	C/F/G
1027 kCal 45,9g KH 22,5g Zucker 70,9g Fett 29,2g ges. FS 46,8g EW 8,8g Salz		
Donnerstag 05.12.2024	hausgemachte Lasagne mit Blattsalaten	2/A/A1/C'/F'/G/I/J'/K'/L/M'
	Vanillecreme	1/G

**Zusatzstoffe & Allergene:**

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 7 gewachst, 8 mit Phosphat, A enthält glutenhaltiges Getreide, A1 enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, A3 enthält Gerste, C enthält Eier, D enthält Fisch, E enthält Erdnüsse, F enthält Soja, G enthält Milch, H enthält Schalenfrüchte (Nüsse), H1 enthält Haselnüsse, H2 enthält Mandeln, H3 enthält Walnüsse, H4 enthält Cashewnüsse, H7 enthält Macadamianüsse, I enthält Sellerie, J enthält Senf, K enthält Sesam, L enthält Schwefeldioxid und Sulfite, M enthält Lupine, N enthält Weichtiere/-erzeugnisse  
( ' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

Telefonnummer Küche: 02864 8892 89

Änderungen vorbehalten