

Menüplan vom 13.01.2025 bis 17.01.2025

KW 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zertifiziert	<p>Schlemmerfilet Bordelaise Salzkartoffeln und Karottengemüse (Ei, F, G, Lak, Sen, Wz)</p> <p>Energie 451,3 kcal, 1888,0 kJ, Eiweiß 19,3 g, Kohlenhydrate 33,6 g, Zucker 4,65 g, Fett 25,4 g, Gesättigte Fettsäuren 5,15 g, Ballaststoffe 4,40 g, Salz 1,46 g</p> 	<p>Rindfleisch Gulaschsuppe mit Paprika Vollkornbrötchen (Di, G, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 394,3 kcal, 1649,5 kJ, Eiweiß 14,0 g, Kohlenhydrate 25,4 g, Zucker 8,27 g, Fett 25,2 g, Gesättigte Fettsäuren 8,57 g, Ballaststoffe 5,54 g, Salz 1,71 g</p> 	<p>Indische Reispfanne (Curry, Brokkoli, Blumenkohl, Karotten) und Joghurt dip (Lak, Sel)</p> <p>Energie 812,8 kcal, 3400,6 kJ, Eiweiß 12,1 g, Kohlenhydrate 120 g, Zucker 8,74 g, Fett 29,4 g, Gesättigte Fettsäuren 2,90 g, Ballaststoffe 6,96 g, Salz 1,84 g</p> 	<p>Vegetarische Frikadelle mit Reis und Zwiebelsoße (Ei, G, Lak, Sel)</p> <p>Energie 467,9 kcal, 1957,8 kJ, Eiweiß 17,6 g, Kohlenhydrate 46,7 g, Zucker 20,2 g, Fett 21,0 g, Gesättigte Fettsäuren 3,30 g, Ballaststoffe 9,14 g, Salz 1,22 g</p> 	<p>Gemüsekartoffelgratin überbacken mit Emmentaler (Lak, Sel)</p> <p>Energie 467,9 kcal, 1957,8 kJ, Eiweiß 17,6 g, Kohlenhydrate 46,7 g, Zucker 20,2 g, Fett 21,0 g, Gesättigte Fettsäuren 3,30 g, Ballaststoffe 9,14 g, Salz 1,22 g</p> 
Veggi	<p>Wrap mit Käse, Kidneybohnen, Mais, Paprika und Tomatensoße (G, Hü, Lak, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 512,1 kcal, 2142,8 kJ, Eiweiß 27,3 g, Kohlenhydrate 61,5 g, Zucker 11,8 g, Fett 13,9 g, Gesättigte Fettsäuren 2,54 g, Ballaststoffe 14,2 g, Salz 2,16 g</p> 	<p>Tomatensuppe *** Germknödel mit Marillenfüllung Vanillesoße (Ei, G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 590,2 kcal, 2469,5 kJ, Eiweiß 17,9 g, Kohlenhydrate 67,9 g, Zucker 27,0 g, Fett 25,7 g, Gesättigte Fettsäuren 6,09 g, Ballaststoffe 6,81 g, Salz 1,29 g</p> 	<p>Gemüsepfanne mit Paprika, Zucchini, Champignons dazu Baguette und Knoblauchdip (G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 592,3 kcal, 2478,2 kJ, Eiweiß 22,1 g, Kohlenhydrate 57,1 g, Zucker 12,5 g, Fett 28,3 g, Gesättigte Fettsäuren 11,7 g, Ballaststoffe 8,09 g, Salz 2,88 g</p> 	<p>Vegetarische *Moussaka* Auflauf Kartoffel Tomaten Hirtenkäse (Lak, Sel)</p> <p>Energie 324,5 kcal, 1357,7 kJ, Eiweiß 15,6 g, Kohlenhydrate 30,6 g, Zucker 8,33 g, Fett 13,7 g, Gesättigte Fettsäuren 6,21 g, Ballaststoffe 5,47 g, Salz 570 mg</p> 	<p>Gnocchis mit Tomatensoße und Kräutern (G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 380,1 kcal, 1590,3 kJ, Eiweiß 17,1 g, Kohlenhydrate 41,0 g, Zucker 9,24 g, Fett 14,2 g, Gesättigte Fettsäuren 2,80 g, Ballaststoffe 8,57 g, Salz 1,36 g</p> 
Dessert	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Schokopudding (Lak)</p> <p>Energie 94,9 kcal, 397,0 kJ, Eiweiß 2,80 g, Kohlenhydrate 12,9 g, Zucker 9,17 g, Fett 3,47 g, Gesättigte Fettsäuren 2,22 g, Ballaststoffe 125 mg, Salz 97,5 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Streuselkuchen (Ei, G, Lak, Wz)</p> <p>Energie 131,7 kcal, 551,0 kJ, Eiweiß 4,13 g, Kohlenhydrate 18,9 g, Zucker 18,6 g, Fett 3,96 g, Gesättigte Fettsäuren 1,04 g, Ballaststoffe 573 mg, Salz 90,3 mg</p>

DE-RP-022-05221-B:

Wir verwenden nur Penne, Spirelli, Spaghetti, Hörnchen, Maccaroni, Tortellini, Ravioli, Lasagne, Farfalle, tricolore, Vollkornspiralen, Vollkornspaghetti, Mie-Nudeln, Tofu natur und geräuchert, Sojagranulat sowie Natur-, Rundkorn-, Basmati- und parboiled Reis in Bio-Qualität.

Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.

Diese zertifizierten Linien entsprechen dem Qualitätsstandard für die Schulverpflegung vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ.



Zusatzstoffe:

Allergene: -kann Gluten enthalten, Di-Dinkel, Ei-Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, F-Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, G-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, Lak-Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), Erzeugnisse, Sch-Schalenfrüchte, sowie daraus gewonnene Erzeugnisse, Wz-Weizen.