

KW11	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Beilagen zu den Menüs
Montag, 10. März 2025	<b>Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren, Bruchspargel dazu Reis</b> ♠ j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 92.24 kcal F: 1.88 g GF: 0.75 g C: 12.10 g Z: 1.88 g P: 6.46 g S: 1.76 g B: 1.01 BE	<b>Vegetarische Nudelsuppe mit buntem Gemüse und Eierstich</b> ∇ j 4 i c j y z f a 8 g a g 1 a 1 N: 53.34 kcal F: 0.92 g GF: 0.27 g C: 8.82 g Z: 1.66 g P: 2.29 g S: 0.85 g B: 0.73 BE	<b>Schnitzel vom Schwein mit Champignonsauce und Schupfnudeln</b> & ω i c z a 9 f a 8 a a 1 N: 126.36 kcal F: 4.45 g GF: 1.04 g C: 15.63 g Z: 0.93 g P: 5.78 g S: 1.03 g B: 1.30 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Dienstag, 11. März 2025	<b>Vegetarischer Kartoffel-Steckrüben Eintopf</b> ∇ ∞ i c j a 8 g g 1 a 1 N: 49.79 kcal F: 1.80 g GF: 0.68 g C: 7.12 g Z: 1.90 g P: 1.02 g S: 0.42 g B: 0.59 BE	<b>Nudelauf in einer hellen Sauce mit Spinat, Zwiebelwürfel und Käse überbacken</b> ∇ j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 156.25 kcal F: 12.21 g GF: 4.50 g C: 7.64 g Z: 1.60 g P: 3.92 g S: 0.98 g B: 0.64 BE	<b>Gefüllte Paprikaschote mit Vollkornreis und Tomatensauce</b> & ψ ω 2 i c j z a 9 f a 8 g a g 1 a 1 N: 106.31 kcal F: 4.95 g GF: 1.68 g C: 10.80 g Z: 1.92 g P: 4.42 g S: 0.67 g B: 0.90 BE	<b>Salat Mix mit Essig-Öl Dressing</b> ∇ ∞ z N: 66.51 kcal F: 5.20 g GF: 0.74 g C: 3.78 g Z: 3.03 g P: 0.97 g S: 0.72 g B: 0.31 BE
Mittwoch, 12. März 2025	<b>Nudelauf mit Ei, Mais, Erbsen, Zwiebelwürfel und Käse überbacken</b> ∇ j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 188.36 kcal F: 14.61 g GF: 5.00 g C: 8.74 g Z: 2.08 g P: 5.66 g S: 0.82 g B: 0.73 BE	<b>Konfetti Stampf (Kartoffelpüree mit Möhren, Sellerie und Lauch) dazu eine Gemüsefrikadelle</b> ∇ j i c a 9 a 8 g a g 1 a 1 N: 83.46 kcal F: 2.98 g GF: 0.72 g C: 11.91 g Z: 3.00 g P: 1.94 g S: 0.50 g B: 0.99 BE	<b>Seelachs Müllerin mit Salzkartoffeln, Kaisergemüse und einer hellen Sauce</b> j i c j z a 8 g d a g 1 a 1 N: 81.31 kcal F: 2.75 g GF: 0.94 g C: 6.61 g Z: 1.70 g P: 7.17 g S: 0.97 g B: 0.55 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Donnerstag, 13. März 2025	<b>Kartoffeltaschen gefüllt mit Frischkäse dazu Tzatziki</b> æ ∇ j c j z g g 1 N: 191.12 kcal F: 11.71 g GF: 1.86 g C: 18.00 g Z: 1.39 g P: 3.09 g S: 1.38 g B: 1.50 BE	<b>Geschnetzeltes vom Schwein „Szgediner Art,, mit Salzkartoffeln</b> æ & ω 2 i c j z f a 1 N: 95.32 kcal F: 5.16 g GF: 2.00 g C: 5.91 g Z: 1.93 g P: 5.87 g S: 0.89 g B: 0.49 BE	<b>Blumenkohlcurry mit Linsen und Kartoffeln</b> ∇ j y g a g 1 a 1 N: 77.48 kcal F: 1.42 g GF: 0.89 g C: 12.55 g Z: 2.58 g P: 3.17 g S: 1.07 g B: 1.05 BE	<b>Gurken Sticks zum Selberschneiden</b> ∇ ∞ N: 12.18 kcal F: 0.20 g GF: 0.07 g C: 1.81 g Z: 1.81 g P: 0.60 g S: 0.01 g B: 0.15 BE
Freitag, 14. März 2025	<b>Matjes mit roten Zwiebelringen, Hausfrauensauce und Bratkartoffeln</b> j 2 15 c j g d g 1 N: 156.52 kcal F: 11.25 g GF: 3.37 g C: 9.11 g Z: 1.21 g P: 4.68 g S: 2.33 g B: 0.76 BE	<b>Vegetarische Käselaschsuppe mit einem Partybrötchen</b> ∇ j a 3 i a 6 c j a 8 g a g 1 a 1 N: 49.57 kcal F: 2.38 g GF: 1.46 g C: 5.26 g Z: 1.50 g P: 1.71 g S: 1.10 g B: 0.44 BE	<b>Hähnchen Knuserschnitzel mit Linsen-Reis dazu eine fruchtige Curry-Sauce</b> ♠ j y a 8 g a g 1 a 1 N: 138.35 kcal F: 3.71 g GF: 1.02 g C: 19.10 g Z: 2.31 g P: 6.82 g S: 0.81 g B: 1.59 BE	<b>Fruchtjoghurt im Becher</b> ∇ j z g g 1 N: 92.22 kcal F: 2.83 g GF: 1.63 g C: 12.20 g Z: 11.50 g P: 3.35 g S: 0.10 g B: 1.01 BE

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Proteinheit
<b>Allergene Inhaltsstoffe</b>								
<b>a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten) a9 sonstige Weizenarten c Eier d Fisch f Soja g Milch und Milcherzeugnisse g1 Milcheiweiß h3 Walnuss i Sellerie j Senf t Schalenfrucht y Hülsenfrucht z Zitrusfrucht</b>								
<b>Zusatzstoffe</b>								
<b>2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel 8 mit Phosphat 15 Nitrat/Nitrit</b>								
<b>Eigenschaften</b>								
♠ Geflügel								
ω Schweinefleisch	& Muskelfleisch							
ψ Rindfleisch	f Laktose							
ω ψ Schweine und Rindfleisch gemischt	æ Knoblauch							
d Fisch								
∇ Vegetarisch								
∞ Vegan								