

Menüplan vom 20.06.2022 bis 24.06.2022

KW 25	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch	Fruchtige Tomatensoße mit Basilikum und Parmesan dazu Vollkornspiralen (A1, A7, A101) Energie 894,6 kcal, 3742,9 kJ, Eiweiß 36,2 g, Kohlenhydrate 154 g, Zucker 19,5 g, Fett 7,28 g, Gesättigte Fettsäuren 1,71 g, Ballaststoffe 29,2 g, Salz 1,55 g	'Cheeseburger' Erbsenbratling & Gouda im Sesambrötchen Tomate Gurke Kartoffeltwister (A1, A7, A11, A101, A111) Energie 732,5 kcal, 3065,4 kJ, Eiweiß 28,5 g, Kohlenhydrate 65,9 g, Zucker 8,89 g, Fett 19,2 g, Gesättigte Fettsäuren 5,37 g, Ballaststoffe 16,2 g, Salz 4,83 g	Karotten-Kokossuppe mit Ingwer Pfannkuchen mit Vanillesoße (A7, A101) Energie 362,0 kcal, 1514,5 kJ, Eiweiß 10,1 g, Kohlenhydrate 48,7 g, Zucker 15,3 g, Fett 12,5 g, Gesättigte Fettsäuren 4,16 g, Ballaststoffe 6,06 g, Salz 1,36 g	ZucchiniGemüse mit Vollkornreis und Tomatensoße (A101) Energie 309,3 kcal, 1294,1 kJ, Eiweiß 8,99 g, Kohlenhydrate 49,9 g, Zucker 8,28 g, Fett 6,83 g, Gesättigte Fettsäuren 910 mg, Ballaststoffe 4,06 g, Salz 1,15 g	Vegetarisches Schnitzel*Wiener Art* Romanesco Kartoffelstampf (A1, A6, A7, A101, A111) Energie 494,3 kcal, 2068,1 kJ, Eiweiß 33,6 g, Kohlenhydrate 67,0 g, Zucker 16,3 g, Fett 6,06 g, Gesättigte Fettsäuren 3,12 g, Ballaststoffe 14,7 g, Salz 3,52 g
Fleisch Fisch	Schinkennudeln dazu Brokkoli und Sahnesoße (A1, A7, A101) Energie 380,4 kcal, 1591,6 kJ, Eiweiß 18,6 g, Kohlenhydrate 39,0 g, Zucker 5,47 g, Fett 14,7 g, Gesättigte Fettsäuren 4,78 g, Ballaststoffe 8,48 g, Salz 1,36 g	'Cheeseburger' Rindfleisch & Gouda im Sesambrötchen Tomate Gurke Kartoffeltwister (A1, A7, A11, A101, A111) Energie 810,4 kcal, 3391,6 kJ, Eiweiß 44,0 g, Kohlenhydrate 42,8 g, Zucker 7,28 g, Fett 33,1 g, Gesättigte Fettsäuren 11,5 g, Ballaststoffe 8,80 g, Salz 6,22 g	Pfannkuchen mit Hackfleischsoße (A101) Pfannkuchen mit Champignonrahm Energie 490,8 kcal, 2053,5 kJ, Eiweiß 19,7 g, Kohlenhydrate 52,7 g, Zucker 9,85 g, Fett 21,2 g, Gesättigte Fettsäuren 7,98 g, Ballaststoffe 4,01 g, Salz 1,31 g	Putenrahmgulasch mit Paprika & Zartweizen (A1, A7, A101, A111) Energie 205,5 kcal, 860,0 kJ, Eiweiß 8,75 g, Kohlenhydrate 19,8 g, Zucker 4,54 g, Fett 8,94 g, Gesättigte Fettsäuren 3,24 g, Ballaststoffe 5,19 g, Salz 726 mg	Fischstäbchen Rahmerbsen und Kartoffelstampf (A1, A4, A7, A111) Energie 836,5 kcal, 3499,8 kJ, Eiweiß 33,1 g, Kohlenhydrate 73,8 g, Zucker 12,3 g, Fett 42,5 g, Gesättigte Fettsäuren 21,8 g, Ballaststoffe 11,4 g, Salz 2,05 g
Dessert	Obstauswahl Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 16,5 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 25,0 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg	Quarkspeise mit Kirschen (A7) Energie 105,2 kcal, 440,1 kJ, Eiweiß 7,77 g, Kohlenhydrate 10,6 g, Zucker 10,1 g, Fett 3,15 g, Gesättigte Fettsäuren 1,75 g, Ballaststoffe 570 mg, Salz 54,8 mg	Apfel Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 12,9 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 251 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg	Tiramisu ital. Bisquit-Cremedessert (A1, A7, A8, A101, A111, A801) Energie 168,1 kcal, 703,3 kJ, Eiweiß 4,59 g, Kohlenhydrate 13,0 g, Zucker 8,07 g, Fett 10,4 g, Gesättigte Fettsäuren 4,96 g, Ballaststoffe 1,62 g, Salz 161 mg	Obstauswahl Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 16,5 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 25,0 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg

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 paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.








Diese Gerichte entsprechen dem Qualitäts-standard für die Schulverpflegung, zertifiziert vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ



Zusatzstoffe:
Allergene: A1-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, A4-Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, A6-Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), A8-Schalenfrüchte, sowie daraus gewonnene Erzeugnisse, A11-Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, A101-kann Gluten enthalten, A111-Weizen, A801-Mandel und daraus gewonnene Erzeugnisse.

Menüplan vom 27.06.2022 bis 01.07.2022

KW 26	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch	<p>Tortellini mit Gemüsefüllung in Tomatensoße (A1, A7, A101, A111)</p>  <p>Energie 509,3 kcal, 2131,0 kJ, Eiweiß 17,5 g, Kohlenhydrate 43,8 g, Zucker 22,8 g, Fett 27,4 g, Gesättigte Fettsäuren 9,88 g, Ballaststoffe 7,87 g, Salz 4,41 g</p>	<p>Gazpacho mit Baguette (A1, A101, A111)</p> <p>Energie 396,3 kcal, 1657,9 kJ, Eiweiß 9,94 g, Kohlenhydrate 51,5 g, Zucker 11,3 g, Fett 14,7 g, Gesättigte Fettsäuren 2,78 g, Ballaststoffe 6,83 g, Salz 6,30 g</p>	<p>Rührei mit Rahmspinat Salzkartoffeln (A7)</p> <p>Energie 649,2 kcal, 2716,2 kJ, Eiweiß 30,9 g, Kohlenhydrate 32,4 g, Zucker 8,91 g, Fett 42,3 g, Gesättigte Fettsäuren 12,6 g, Ballaststoffe 5,87 g, Salz 5,57 g</p>	<p>Gebratene Gnocchi dazu Ratatouille von Paprika, Zucchini & Tomatensoße (A1, A101)</p>  <p>Energie 406,4 kcal, 1700,4 kJ, Eiweiß 9,90 g, Kohlenhydrate 57,6 g, Zucker 9,57 g, Fett 13,0 g, Gesättigte Fettsäuren 1,96 g, Ballaststoffe 6,46 g, Salz 3,09 g</p>	<p>Cous Cous mit Zucchini, Paprika, Kichererbsen, Falafelbällchen und Schmanddip (A1, A7, A101, A111)</p>  <p>Energie 717,6 kcal, 3002,2 kJ, Eiweiß 24,8 g, Kohlenhydrate 74,5 g, Zucker 16,0 g, Fett 31,8 g, Gesättigte Fettsäuren 8,90 g, Ballaststoffe 15,1 g, Salz 1,54 g</p>
Fleisch Fisch	<p>Tortellini mit Gemüsefüllung in Putenschinken-Sahnesoße (A1, A7, A101, A111)</p> <p>Energie 589,5 kcal, 2466,3 kJ, Eiweiß 28,7 g, Kohlenhydrate 35,4 g, Zucker 14,5 g, Fett 35,8 g, Gesättigte Fettsäuren 14,8 g, Ballaststoffe 5,90 g, Salz 3,95 g</p>	<p>Gazpacho mit Rindfleischwürfeln und Baguette (A1, A101, A111)</p>  <p>Energie 516,8 kcal, 2162,4 kJ, Eiweiß 19,0 g, Kohlenhydrate 52,2 g, Zucker 11,8 g, Fett 23,7 g, Gesättigte Fettsäuren 6,79 g, Ballaststoffe 7,42 g, Salz 6,56 g</p>	<p>Wildlachsfilet Karottengemüse Dillrahmsauce und Parboiled Reis (A4, A7, A101)</p>  <p>Energie 649,9 kcal, 2719,4 kJ, Eiweiß 29,3 g, Kohlenhydrate 49,3 g, Zucker 6,35 g, Fett 34,9 g, Gesättigte Fettsäuren 9,06 g, Ballaststoffe 3,32 g, Salz 5,67 g</p>	<p>Hähnchenschnitzel Rahmchampignons Kartoffelkroketten Tomatendip (A3, A7, A101)</p> <p>Energie 624,9 kcal, 2614,5 kJ, Eiweiß 24,8 g, Kohlenhydrate 59,5 g, Zucker 10,2 g, Fett 29,7 g, Gesättigte Fettsäuren 7,71 g, Ballaststoffe 7,37 g, Salz 7,39 g</p>	<p>Cous Cous mit Zucchini, Paprika, Kichererbsen, Falafelbällchen und Schmanddip (A3, A7, A101)</p> <p>Energie 717,6 kcal, 3002,2 kJ, Eiweiß 24,8 g, Kohlenhydrate 74,5 g, Zucker 16,0 g, Fett 31,8 g, Gesättigte Fettsäuren 8,90 g, Ballaststoffe 15,1 g, Salz 1,54 g</p>
Dessert	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 16,5 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 25,0 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg</p>	<p>Milchreis mit Zimt und Zucker (A7, A101)</p> <p>Energie 425,2 kcal, 1779,1 kJ, Eiweiß 13,1 g, Kohlenhydrate 80,8 g, Zucker 32,8 g, Fett 4,43 g, Gesättigte Fettsäuren 2,78 g, Ballaststoffe 1,55 g, Salz 787 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 16,5 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 25,0 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg</p>	<p>"Stracciatella" Quark mit Schokoflocken (A7, A101)</p> <p>Energie 141,7 kcal, 592,9 kJ, Eiweiß 11,6 g, Kohlenhydrate 10,5 g, Zucker 10,5 g, Fett 5,51 g, Gesättigte Fettsäuren 3,17 g, Ballaststoffe 421 mg, Salz 90,4 mg</p>	<p>Apfel</p> <p>Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 12,9 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 251 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 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 paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.



Diese Gerichte entsprechen dem Qualitäts-standard für die Schulverpflegung, zertifiziert vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ



Zusatzstoffe:
Allergene: A1-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, A3-Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, A4-Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, A7-Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), A101-kann Gluten enthalten, A111-Weizen.