



Ihr Speiseplan für die Woche 43 vom 21.10.2024 bis zum 27.10.2024.

Sie wollen Ihren individuellen Speiseplan auf Ihrer Homepage einbinden? Verwenden Sie dazu einfach [diesen Link](#).

<b>Montag</b>	2 EIERPFANNKUCHEN** mit Apfelmus  <i>Dessert: Apfel (DGE)</i>
<b>Dienstag</b>	3 RINDFLEISCH- FRIKADELLEN* Kohlrabi in Rahm Salzkartoffeln  <i>Dessert: Melone im Ganzen</i>
<b>Mittwoch</b>	BUNTE NUDELN** Sahnesauce mit Erbsen gemischter Blattsalat mit Sauerrahm- dressing  <i>Dessert: Karamellpudding lose</i>
<b>Donnerstag</b>	HÄHNCHENCURRY* mit Kichererbsen, Möhren, Mango, Apfel und Lauch Reis  <i>Dessert: Pudding-Becher</i>

\* = Gerichte ohne Schweinefleisch

\*\* = vegetarische Gerichte

**Montag: 2 EIERPFANNKUCHEN\*\* mit Apfelmus****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja

**Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	4075,50 kJ
Energie (Kilokalorien):	967,50 kcal
Fett:	28,95 g
davon gesättigte Fettsäuren:	9,35 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	149,70 g
davon Zucker:	44,25 g
Eiweiß (Protein):	22,30 g
Gesamt-Kochsalz:	2,80 g

**Enthaltene Zusatzstoffe:**

mit Antioxidationsmittel:  
Ascorbinsäure  
mit Backtriebmittel:  
Natriumcarbonate

**Dienstag: 3 RINDFLEISCH- FRIKADELLEN\* Kohlrabi in Rahm Salzkartoffeln****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja

**Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	1695,12 kJ
Energie (Kilokalorien):	404,89 kcal
Fett:	17,80 g
davon gesättigte Fettsäuren:	7,71 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	39,35 g
davon Zucker:	8,44 g
Eiweiß (Protein):	20,47 g
Gesamt-Kochsalz:	3,73 g

**Enthaltene Zusatzstoffe:**

**Mittwoch: BUNTE NUDELN\*\* Sahnesauce mit Erbsen gemischter Blattsalat mit Sauerrahm- dressing****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

**Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	1958,51 kJ
Energie (Kilokalorien):	464,26 kcal
Fett:	13,24 g
davon gesättigte Fettsäuren:	4,72 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	64,95 g
davon Zucker:	8,68 g
Eiweiß (Protein):	16,66 g
Gesamt-Kochsalz:	2,88 g

**Enthaltene Zusatzstoffe:**

mit Süßungsmitteln:  
Saccharin  
mit Farbstoffen:  
Beta-Carotin  
mit Antioxidationsmittel:  
Calcium-Dinatrium-EDTA

**Mittwoch, Dessert: Karamellpudding lose****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

**Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	530,49 kJ
Energie (Kilokalorien):	125,85 kcal
Fett:	3,47 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,23 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	20,12 g
davon Zucker:	15,54 g
Eiweiß (Protein):	3,19 g
Gesamt-Kochsalz:	129,03 mg

**Enthaltene Zusatzstoffe:**

mit Farbstoffen:

Zuckercoleur

**Donnerstag: HÄHNCHENCURRY\* mit Kichererbsen, Möhren, Mango, Apfel und Lauch Reis****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

**Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	1407,90 kJ
Energie (Kilokalorien):	332,27 kcal
Fett:	5,30 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,66 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	50,54 g
davon Zucker:	7,09 g
Eiweiß (Protein):	19,41 g
Gesamt-Kochsalz:	3,80 g

**Enthaltene Zusatzstoffe:**

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure