



Ihr Speiseplan für die Woche 05 vom 27.01.2025 bis zum 02.02.2025.

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

Montag	2 EIER- PFANNKUCHEN** mit Kirschen <i>Dessert: Apfel (DGE)</i>
Dienstag	6 KARTOFFEL- MINIONS** (gebackene Kartoffelfiguren) Möhrengemüse Kräuterdip mit Quark <i>Dessert: Doppelkeks</i>
Mittwoch	FISCHFILET* (paniertes Seelachsfilet) Dillsauce, Salzkartoffeln Gurkensalat in Joghurt-Dressing <i>Dessert: Clementine</i>
Donnerstag	HÄHNCHEN- GESCHNETZELTES* Curry-Früchte-Sauce Erbsen Reis <i>Dessert: Milchreis lose</i>

* = Gerichte ohne Schweinefleisch

** = vegetarische Gerichte

Montag: 2 EIER- PFANNKUCHEN mit Kirschen****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):	4207,98 kJ
Energie (Kilokalorien):	999,53 kcal
Fett:	29,15 g
davon gesättigte Fettsäuren:	9,28 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	157,80 g
davon Zucker:	50,86 g
Eiweiß (Protein):	23,02 g
Gesamt-Kochsalz:	2,81 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Backtriebmittel:
Natriumcarbonate

Dienstag: 6 KARTOFFEL- MINIONS (gebackene Kartoffelfiguren) Möhrengemüse Kräuterdip mit Quark****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):

Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1808,17 kJ
Energie (Kilokalorien):	430,52 kcal
Fett:	20,63 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,71 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	48,95 g
davon Zucker:	12,39 g
Eiweiß (Protein):	10,19 g
Gesamt-Kochsalz:	3,11 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Mittwoch: FISCHFILET* (paniertes Seelachsfilet) Dillsauce, Salzkartoffeln Gurkensalat in Joghurt-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
Fisch und Fischerzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja
Senf und Senferzeugnisse:	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1841,78 kJ
Energie (Kilokalorien):	437,62 kcal
Fett:	16,65 g
davon gesättigte Fettsäuren:	3,86 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	52,75 g
davon Zucker:	8,29 g
Eiweiß (Protein):	18,35 g
Gesamt-Kochsalz:	4,07 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

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

Donnerstag: HÄHNCHEN- GESCHNETZELTES* Curry-Früchte-Sauce Erbsen Reis**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):

Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	1725,16 kJ
Energie (Kilokalorien):	408,46 kcal
Fett:	5,35 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,51 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	62,00 g
davon Zucker:	13,97 g
Eiweiß (Protein):	24,06 g
Gesamt-Kochsalz:	2,20 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure

Donnerstag, Dessert: Milchreis lose**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):

Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	534,67 kJ
Energie (Kilokalorien):	126,95 kcal
Fett:	3,66 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,36 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	19,61 g
davon Zucker:	17,44 g
Eiweiß (Protein):	3,56 g
Gesamt-Kochsalz:	142,32 mg

Enthaltene Zusatzstoffe: