

Speiseplan für die Woche vom 10.12.2018 – 14.12.2018

Montag	Gericht 1	Hähnchenschnitzel in Käse-Eihülle, Tomatensoße, Vollkornnudeln 434 kcal/1, A1, C, G, I, J, L	Chinakohlsalat mit Ananas und Joghurtdressing 97 kcal/3, G
	Gericht 2*	Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäsefüllung) 350 kcal/1, A1, G (ovo-lacto-vegetarisch)	
	Dessert	Clementine 50 kcal	
Dienstag	Gericht 1*	Chinapfanne mit Hähnchenbruststreifen (Mungobohnenkeimlinge, Porree, Bambus, Paprika, Karotten), Reis 400 kcal/1, 3, 7, A1, F, G, I	
	Gericht 2	Gemüse-Pfanne (Aubergine, Zucchini, Paprika), Butterreis mit Erbsen 587 kcal/1, A1, G, I (ovo-lacto-vegetarisch)	
	Dessert	Heidelbeerjoghurt 89 kcal (1, G)	
Mittwoch	Gericht 1	Grützwurst (Schweinefleisch) mit Sauerkraut, Kartoffeln 951 kcal (2, 3, A1, I, J)	
	Gericht 2*	gekochte Eier mit süß-saurer Soße, Kartoffeln 642 kcal/1, 2, 3, A1, C, G, I (ovo-lacto-vegetarisch)	Möhrensalat 60 kcal (3)
	Dessert	Banane 163 kcal	
Donnerstag	Gericht 1*	gebackene Ente mit Orangensoße, Apfelrotkohl, Kartoffelklöße 1295 kcal/1, 3, 5, 10, A1, G, I, J, L	
	Gericht 2	Heringssalat mit Äpfeln, Zwiebeln, Joghurt, Sauerrahm, Pellkartoffeln 628 kcal/3, 10, D, G	Tomatensalat 31 kcal
	Gericht 3	Pellkartoffeln mit Kräuterquark, Butter 315 kcal/G (ovo-lacto-vegetarisch)	Tomatensalat 49 kcal
	Dessert	Kirschquark 91 kcal (1, 2, G)	
Freitag	Gericht 1*	Chili con carne mit Rinderhackfleisch 330 kcal/1, A1, I, J	Vollkornbrot 40 kcal (2, A1, A4)
	Gericht 2*	Kartoffelsuppe (u. a. Sellerie, Möhren) 366 kcal/2, 3, A1, A4, I (ovo-lacto-vegetarisch)	Vollkornbrot 59 kcal (2, A1, A4)
	Dessert	Apfel 98 kcal (12)	



Das Gericht 2 entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. zertifiziert.

Das Gericht mit * gekennzeichnet ist laktose- oder glutenfrei erhältlich.

Nur auf Vorbestellung erhältlich: laktosefrei, glutenfrei, ovo-lacto-vegetarisch