

Speiseplan für die Woche vom 21.01.2019 – 25.01.2019

Montag	Gericht 1*	Currywurst (Schweinefleisch) mit Tomatensoße, Pommes Frites 731 kcal/1, 2, 3, 7, A1, G, I, J, L	Chinakohlsalat mit Gurke 66 kcal/3
	Gericht 2	pürierte Kürbissuppe 104 kcal/3, G, I (ovo-lacto-vegetarisch)	Grieß mit Sauerkirschen 289 kcal/1, 3, A1, G
	Dessert	Apfel 98 kcal/12	
Dienstag	Gericht 1	Sahnehering mit Bratkartoffeln 408 kcal/2, 3, 10, 11, C, D, G	
	Gericht 2*	Fleischbällchen (Schweine- und Rindfleisch) mit Käsesahnesoße, Kartoffeln 609 kcal/1, A1, C, G, I	Eisbergsalat mit Gurke, Tomate 24 kcal/3
	Gericht 3	vegetarische Falafelbällchen in Käsesahnesoße, Kartoffeln 489 kcal/1, A1, G, I (ovo-lacto-vegetarisch)	
	Dessert	Kirschjoghurt 96 kcal/1, 2, G	
Mittwoch	Gericht 1	gedünstete Hähnchenbrust mit Geflügelrahmsauce, Julienne Gemüse (u. a. Möhren, Porree, Sellerie), Kartoffeln 745 kcal/1, 3, A1, G, I, J	
	Gericht 2*	Lachsragout mit gedünsteten Zucchini, Naturreis 319 kcal/1, 3, A1, D, F, G, I	Blattsalat, Joghurtdressing 33 kcal/3, G
	Gericht 3	Gemüseragout (Aubergine, Zucchini, Paprika), Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse-Füllung) 350 kcal/1, A1, G (ovo-lacto-vegetarisch)	
	Dessert	Banane 163 kcal	



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

Speiseplan für die Woche vom 21.01.2019 – 25.01.2019

Donnerstag	Gericht 1	gedämpftes Putenbrustfilet in Geflügelsoße, glasierte Fingermöhrrchen, Kartoffeln 541 kcal/1, 3, A1, D, F, G, I	
	Gericht 2*	Schweinerückenbraten, Thymianrahmsoße, Kaiser- gemüse (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl), Kartoffeln 576 kcal/1, A1, G, I, J	
	Gericht 3	Pellkartoffeln mit Kräuterquark 140 kcal (ovo-lacto-vegetarisch)	
	Dessert	Vanillepudding 194 kcal/G	
Freitag	Gericht 1*	Weißkohleintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Möhren und Sellerie 289 kcal/l	Vollkornbrot 59 kcal/2, A1, A4
	Gericht 2*	Fischsoljanka (Seelachswürfel, Paprika-, Möhren- und Porreestreifen) 532 kcal/1, 2, 3, A1, A4, D, F, G, I, J	Vollkornbrot 59 kcal/2, A1, A4
	Gericht 3	Weißkohlgemüseintopf (Weißkohl, Sellerie, Möhren) 221 kcal/l (ovo-lacto-vegetarisch)	Vollkornbrot 40 kcal/2, A1, A4
	Dessert	Birne 78 kcal	



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