

KW 7	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	Pasta Carbonara-Art ohne Ei g a a1 N: 263.02 kcal F: 5.40 g GF: 1.80 g C: 41.85 g Z: 1.58 g P: 11.17 g S: 0.55 g B: 3.49 BE 	Mediterranes Ratatouille-Gemüse mit Kartoffel-Püree j g g1 N: 57.62 kcal F: 1.11 g GF: 0.68 g C: 9.41 g Z: 2.38 g P: 2.02 g S: 0.05 g B: 16.97 BE 	1 Panierter Fisch mit Spinat und Reis j j g d a g1 a1 N: 208.69 kcal F: 2.61 g GF: 0.73 g C: 38.62 g Z: 0.90 g P: 6.86 g S: 0.21 g B: 3.22 BE 	Blumenkohlcurry mit Kartoffeln N: 80.16 kcal F: 3.41 g GF: 3.00 g C: 10.11 g Z: 1.28 g P: 1.90 g S: 0.03 g B: 4.26 BE 	Minestrone mit Suppennudeln und hausgebackenem Brot i a a1 N: 46.62 kcal F: 0.43 g GF: 0.12 g C: 7.59 g Z: 3.39 g P: 2.25 g S: 0.10 g B: 113.71 BE 
	Menü A1 Fleischalternative g a a1 N: 281.73 kcal F: 5.13 g GF: 2.06 g C: 45.94 g Z: 1.21 g P: 12.21 g S: 0.26 g B: 28.28 BE		3 vegane Fischstäbchen (Jackfruit) mit Reis und Spinat g d a a1 N: 114.89 kcal F: 3.41 g GF: 0.83 g C: 15.54 g Z: 1.32 g P: 5.24 g S: 0.26 g B: 1.30 BE		
Menü B	Pasta mit Vegi-Bolognese 2 c y f g a a1 i j N: 257.63 kcal F: 4.03 g GF: 0.96 g C: 43.50 g Z: 3.55 g P: 10.82 g S: 0.42 g B: 40.05 BE 	3 Kürbisfalafel mit Bulgur und Joghurt dip k g a a1 N: 204.64 kcal F: 3.36 g GF: 0.45 g C: 32.20 g Z: 2.17 g P: 8.22 g S: 0.37 g B: 2.68 BE 	Milchreis mit Zimt-Zucker j j g N: 92.13 kcal F: 1.39 g GF: 0.88 g C: 15.86 g Z: 7.04 g P: 3.79 g S: 0.09 g B: 1.32 BE 	Käsespätzle 1 c g a a1 N: 204.39 kcal F: 8.57 g GF: 4.57 g C: 21.24 g Z: 1.21 g P: 9.89 g S: 1.03 g B: 1.77 BE 	Vegetarisches Frikassee mit Reis g N: 186.93 kcal F: 2.85 g GF: 1.61 g C: 33.59 g Z: 1.92 g P: 5.77 g S: 0.04 g B: 2.79 BE 
	Geriebener Gouda g N: 366.61 kcal F: 29.40 g GF: 19.60 g C: 1.80 g Z: 0.10 g P: 24.50 g S: 1.70 g B: 0.15 BE 	Obstkorb nach Tagesangebot ∇ ∞ N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE 	Gemüsekorb nach Tagesangebot ∇ ∞ N: 17.43 kcal F: 0.21 g GF: 0.04 g C: 2.60 g Z: 2.52 g P: 0.95 g S: 0.01 g B: 0.22 BE 	Gurken -Joghurt-Salat g N: 40.65 kcal F: 3.18 g GF: 2.13 g C: 2.00 g Z: 1.91 g P: 0.90 g S: 0.02 g B: 33.47 BE 	fruchtiger Kirschquark g N: 142.94 kcal F: 5.51 g GF: 3.61 g C: 17.21 g Z: 17.01 g P: 5.71 g S: 0.08 g B: 1.44 BE 
Dessert					

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteineinheit

Allergene Inhaltsstoffe
a Gluten
c Eier
f Soja
g1 Milcheiweiß
j Senf
y Hülsenfrucht

a1 Weizen
d Fisch
g Milch und Milcherzeugnisse
i Sellerie
k Sesam

Zusatzstoffe
1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoffen

Eigenschaften
j Laktose
∇ Vegetarisch
∞ Vegan

Folgende Zutaten nutzen wir ausschließlich in Bio-Qualität:

Kartoffeln, Pasta, Reis, CousCous, Kuhmilch, Sahne, Joghurt, Quark, Apfelmus, Hühnerfrikassee, Spinat, Erbsen, Möhren, Champignons, Zucchini, Aubergine, Blumenkohl, Brokkoli, Paprika, Pudding

