

	Menü 1							Menü 2 Vegetarisch						
<b>Montag</b>	<b>Geflügelbratwurst im Brötchen mit Senf</b> <sup>3,10,1,9,13</sup> <b>frisches Obst (Banane)</b>							<b>Vegetarische Seitanbratwurst im Brötchen mit Senf</b> <sup>3,10,1,9,13</sup> <b>frisches Obst (Banane)</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	342,5 kcal	12,4 g	3,2 g	40,9 g	34,7 g	11,4 g	0,9 g	314,8 kcal	7,4 g	0,9 g	41,3 g	35,1 g	14,4 g	1 g
<b>Dienstag</b>	<b>Fruchtiges Fischcurry mit buntem Gemüse</b> <sup>4,9,10</sup> <b>Kokosreis</b> <b>Rohkost aus der Salatbar mit Gurke, Möhre, Tomate und Eisberg</b> <sup>1,3,10,7,9,13</sup>							<b>Fruchtiges Blumenkohlcurry mit buntem Gemüse</b> <sup>10</sup> <b>Kokosreis</b> <b>Rohkost aus der Salatbar mit Gurke, Möhre, Tomate und Eisberg</b> <sup>1,3,10,7,9,13</sup>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	432,6 kcal	3 g	2 g	54 g	3,7 g	16,3 g	1,2 g	397,5 kcal	2,3 g	1,7 g	53,5 g	3,6 g	5,6 g	0,5 g
<b>Mittwoch</b>	<b>Spätzle (Nudeln)</b> <sup>1a,1</sup> <b>Blattspinat in Käsesoße</b> <sup>7</sup> <b>Reibekäse Gouda</b> <sup>7</sup> <b>Rohkost aus der Salatbar mit griechischen Bauernsalat, Möhre, Mais und Eisberg</b> <sup>1,3,10,7,9,13</sup> <b>frisches Obst (Apfel)</b>							<b>Menü 1 ist vegetarisch</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	475 kcal	7,5 g	4,4 g	61 g	6,1 g	16,6 g	0,9 g	0 kcal	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
<b>Donnerstag</b>	<b>Geschmorter Weißkohl mit gebratenem Rinderhackfleisch in dunkler Bratensoße</b> <sup>9</sup> <b>gekochte Kartoffeln</b> <b>Rohkost aus der Salatbar mit Möhrensalat, Gurke, Tomate und Blattsalat mit Mais</b> <sup>1,9,13,7,3,10</sup>							<b>Geschmorter Weißkohl mit Bulgur in dunkler Bratensoße</b> <sup>1a,1,9</sup> <b>gekochte Kartoffeln</b> <b>Rohkost aus der Salatbar mit Möhrensalat, Gurke, Tomate und Blattsalat mit Mais</b> <sup>1,9,13,7,3,10</sup>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	252,6 kcal	5,9 g	2,7 g	30,3 g	6,9 g	14,4 g	1,5 g	186,1 kcal	1,6 g	0,9 g	30,7 g	7,3 g	4,7 g	1,4 g
<b>Freitag</b>	<b>Möhreneintopf mit Kartoffelwürfel und Petersilie</b> <sup>9</sup> <b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus</b> <sup>1,7,3,1a</sup> <b>Rohkost aus der Salatbar mit Tomate, Möhre, Eisbergsalat und Paprika</b> <sup>13,7,3,10,9,1</sup>							<b>Menü 1 ist vegetarisch</b>						
	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	Energie	Fett	Gesätt. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
	342,3 kcal	8,6 g	1,7 g	47,7 g	20,8 g	10,2 g	1,4 g	0 kcal	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g


 Wir nutzen ausschließlich  
Zutaten in Bio-Qualität

**außer: Fisch und  
Fischerzeugnisse**
