

MENU PLAN

gratus 

Gültig vom 09.06. bis 14.06.2026

Änderungen vorbehalten. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben auf dem Speiseplan. Die Informationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.



1 TAGESGERICHT
+ VORSPEISE
+ SALAT
+ NACHSPEISE
+ GETRÄNK

MENU
PREIS
09,50€

VORSPEISE

Dienstag 09.06.



Pizzaschnecken

G, G1, Ei, M,
Me, La, (Sf),
(Sf1), (Sf2),

Nährwertangaben pro Portion
1132kJ/269kcal, Fett 8,9g, gesättigte Fettsäuren 3,1g,
Kohlenhydrate 38g, Zucker 3,5g, Eiweiß 8,9g,
Broteinheiten 3,2



Mittwoch 10.06.



Süßkartoffelsuppe mit
Ingwer

M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
607kJ/145kcal, Fett 7,8g, gesättigte Fettsäuren 5,4g,
Kohlenhydrate 17g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 1,6g,
Eiweiß 1,4g, Broteinheiten 1,4



Donnerstag 11.06.



Drei-Käse-Suppe
mit Brokkoliröschen und Veggie-
Hack aus Soja

G, G1, G3,
Sb, M, Me,
La, S

Nährwertangaben pro Portion
756kJ/181kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 5,3g,
Kohlenhydrate 10g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 2,0g,
Eiweiß 8,2g, Broteinheiten 0,9



Freitag 12.06.



Gemüse-Frühlingsrolle
Cremiger Kräuter dip
nach Art Sour Cream

G, G1,
S, Sn

M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
614kJ/147kcal, Fett 7,3g, gesättigte Fettsäuren
2,8g, Kohlenhydrate 17g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 1,1g,
Eiweiß 2,7g, Broteinheiten 1,4



Samstag 13.06.



Geflügel-Cevapcici

G, G1, M,
Me, La

Nährwertangaben pro Portion
640kJ/153kcal, Fett 9,6g, gesättigte Fettsäuren 2,2g,
Kohlenhydrate 1,5g, Zucker 0,6g, Ballaststoffe 0,4g,
Eiweiß 15g, Broteinheiten 0,1



Sonntag 14.06.



Tomaten-Mozzarella-
Suppe

G, G1, M,
Me, La

Nährwertangaben pro Portion
942kJ/226kcal, Fett 13g, gesättigte Fettsäuren 6,1g,
Kohlenhydrate 19g, Zucker 12g, Ballaststoffe 1,9g,
Eiweiß 7,0g, Broteinheiten 1,6



SALAT

Dienstag 09.06.



Gemischter Salat mit
Tomaten und Helles
Balsamico-Dressing

Sd, Sn, Me
12

Nährwertangaben pro Portion
538kJ/129kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 9,0g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3



Mittwoch 10.06.



Coleslaw Salat mit
Weißkohl Karotten Mayo
und Zitronensaft

Ei, Sd, Sn
12, 10

Nährwertangaben pro Portion
840kJ/201kcal, Fett 14g, gesättigte Fettsäuren 2,4g,
Kohlenhydrate 13g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 3,1g, Broteinheiten 0,3



Donnerstag 11.06.



Gemischter Salat mit Mais
und Joghurt dressing

M, La,
Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
443kJ/106kcal, Fett 8,1g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 3,0g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,3g, Broteinheiten 0,3



Freitag 12.06.



Romana Salat mit Paprika
und Caesar Dressing

G, G1, M,
Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
443kJ/106kcal, Fett 8,1g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 3,0g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,3g, Broteinheiten 0,3



Samstag 13.06.



Gurkensalat mit Dill und
Joghurt Dressing

M, La, Me
12, 10S

Nährwertangaben pro Portion
563kJ/135kcal, Fett 9,3g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 9,0g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,3g, Broteinheiten 0,3



Sonntag 14.06.



Gemischter Salat mit Feta
und Helles Balsamico-
Dressing

M, La, Sd,
Sn, Me 12,
10

Nährwertangaben pro Portion
566kJ/135kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 14g, Zucker 7,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3



HAUPTGERICHT

Dienstag 09.06.



Rinderroulade in Soße mit Kartoffelklöße und Apfelrotkohl S, Sn
Ei, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
1691kJ/401kcal, Fett 9,0g, gesättigte Fettsäuren 1,9g,
Kohlenhydrate 51g, Zucker 8,2g, Ballaststoffe 4,9g,
Eiweiß 26g, Broteinheiten 4,3



Mittwoch 10.06.



Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Majoran abeschmeckt Bandnudeln mit Ei Möhren "naturell" G, G1, M, Me, La
G, G1, Ei

Nährwertangaben pro Portion
1991kJ/475kcal, Fett 22g, gesättigte Fettsäuren 7,0g,
Kohlenhydrate 38g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe 4,0g,
Eiweiß 29g, Broteinheiten 3,2



Donnerstag 11.06.



Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren Salzkartoffeln Grüne Bohnen G, G1, Ei, M, Me, La, S
Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
1927kJ/461kcal, Fett 25g, gesättigte Fettsäuren 9,1g,
Kohlenhydrate 39g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 5,1g,
Eiweiß 17g, Broteinheiten 3,2



Freitag 12.06.



Scharfes Chili con Carne Basmatireis Cremiger Kräuterdip Nach Art Sour Cream S
G, G1, Ei, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
1750kJ/416kcal, Fett 12g, gesättigte Fettsäuren 6,6g,
Kohlenhydrate 52g, Zucker 7,4g, Ballaststoffe 9,9g,
Eiweiß 20g, Broteinheiten 4,3



Samstag 13.06.



Schweinebraten "Bayerische Art" in Soße Kartoffelklöße Bayrisch Kraut G, G3, Ei, S, Sn
Ei, M, Me, La, S, Sn

Nährwertangaben pro Portion
2076kJ/493kcal, Fett 15g, gesättigte Fettsäuren 5,3g,
Kohlenhydrate 55g, Zucker 7,9g, Ballaststoffe 4,8g,
Eiweiß 32g, Broteinheiten 4,6



Sonntag 14.06.



Hähnchenbrustfilet auf mediterranem Gemüse Nudelpfanne "Tomate Total" Tomatensoße "Napoli Art" G, G1, M, Me, (Sn)
G, G1

Nährwertangaben pro Portion
2126kJ/505kcal, Fett 14g, gesättigte Fettsäuren 3,0g,
Kohlenhydrate 59g, Zucker 18g, Ballaststoffe 7,8g,
Eiweiß 32g, Broteinheiten 4,9



NACHSPEISE

Dienstag 09.06.



Apfel-Ragout mit Keks-Crumble G, M, La, Me, G1 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
457kJ/109kcal, Fett 0,1g, gesättigte Fettsäuren 0,0g,
Kohlenhydrate 26g, Zucker 19g, Ballaststoffe 1,3g,
Eiweiß 0,3g, Broteinheiten 0,9



Mittwoch 10.06.



Joghurt mit Honig und Hafer flocken G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
843kJ/201kcal, Kohlenhydrate 26g, Fett 8,8g, Eiweiß 3,3g, gesättigte Fettsäuren 4,3g, Zucker 19g, Broteinheiten 1,5



Donnerstag 11.06.



Schokomousse mit Kirschragout M, La, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
1368kJ/327kcal, Fett 19g, gesättigte Fettsäuren 7,9g,
Kohlenhydrate 36g, Zucker 28g, Eiweiß 4,1g, Broteinheiten 1,9



Freitag 12.06.



Milchreis mit Zimt-Zucker G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
2144kJ/508kcal, Kohlenhydrate 103g, Fett 3,8g, Eiweiß 15g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Zucker 49g, Ballaststoffe 1,1g, Broteinheiten 6,5



Samstag 13.06.



Apfel-Bananenmus (G), (M), (Me), (La) 3

Nährwertangaben pro Portion
309kJ/73kcal, Fett 0,2g, gesättigte Fettsäuren 0,1g,
Kohlenhydrate 17g, Zucker 16g, Ballaststoffe 1,9g,
Eiweiß 0,4g, Broteinheiten 1,4



Sonntag 14.06.



Vanillequark mit Obstwürfeln M, La, Me, Sf 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
1015kJ/242kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 5,1g,
Kohlenhydrate 30g, Zucker 23g, Eiweiß 6,0g, Broteinheiten 1,9



LEGENDE

mit Alkohol	01 Farbstoff	10 Zucker(n) und Süßungsmittel(n)	E Erdnüsse	G5 Dinkel-Weizen	Sb soja	Sf4 Kaschunüsse
mit Zutaten vom Fisch	02 Konservierungsmittel	11 enth. eine Phenylalaninquelle	Ei Eier	G6 Khorasan-Weizen	Sd Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg oder 10 mg/l)	Sf5 Pecannüsse
mit Zutaten vom Geflügel	03 Antioxidationsmittel	12 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Fi Fisch	K Krebstiere	Se Sesam	Sf6 Paranüsse
mit Zutaten vom Rind	04 Geschmacksverstärker	19 koffeinhaltig	G Gluten	La Laktose	Sf Schalenfrüchte	Sf7 Pistazien
mit Zutaten vom Schwein	06 geschwärzt	20 Nitritpökelsalz	G1 Weizen	Lp Lupinen	Sf1 Mandeln	Sf8 Macadamia-/Queenslandnüsse
vegetarisch	07 gewachst		G2 Roggen	M Milch	Sf2 Haselnüsse	Sn Senf
vegan	08 Phosphat		G3 Gerste	Me Milcheiweiß	Sf3 Walnüsse	W Weichtiere
	09 Süßungsmittel(n)		G4 Hafer	S Sellerie	() Kann Spuren enthalten von ...	

MENU PLAN

gratus



Gültig vom 16.06. bis 21.06.2026

Änderungen vorbehalten. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben auf dem Speiseplan. Die Informationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.



1 TAGESGERICHT
+ VORSPEISE
+ SALAT
+ NACHSPEISE
+ GETRÄNK

MENU
PREIS
09,50€

VORSPEISE

Dienstag 16.06.



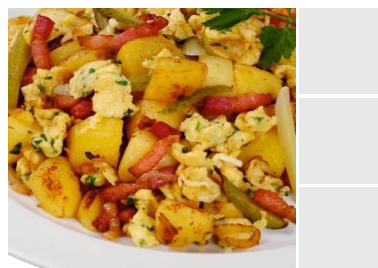
Linsengemüse
"schwäbischer Art"

S 20

Nährwertangaben pro Portion
1204kJ/286kcal, Fett 8,6g, gesättigte Fettsäuren 1,5g,
Kohlenhydrate 37g, Zucker 2,7g, Ballaststoffe 4,4g,
Eiweiß 13g, Broteinheiten 3,1



Mittwoch 17.06.



Rustikaler
Bauernschmaus

Ei, M, Me, La
20, 3

Nährwertangaben pro Portion
693kJ/166kcal, Fett 10g, gesättigte Fettsäuren 2,1g,
Kohlenhydrate 12g, Zucker 1,6g, Ballaststoffe 1,2g,
Eiweiß 5,1g, Broteinheiten 1,0



Donnerstag 18.06.



Tomatencremesuppe

G, G1,
M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
747kJ/179kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 4,2g,
Kohlenhydrate 16g, Zucker 9,3g, Ballaststoffe 1,9g,
Eiweiß 2,7g, Broteinheiten 1,4



Freitag 19.06.



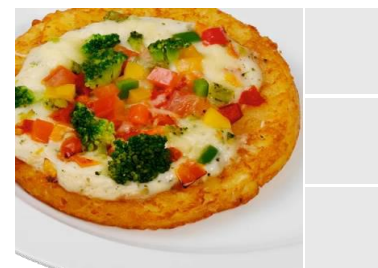
Linsnbällchen
Aus Kartoffeln und
braunen Linsen
Bulgur-Curry-Pfanne

G, G1, M,
Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
1457kJ/348kcal, Fett 16g, gesättigte Fettsäuren 2,5g,
Kohlenhydrate 40g, Zucker 6,6g, Ballaststoffe 5,6g,
Eiweiß 8,6g, Broteinheiten 3,3



Samstag 20.06.



Riesen-Rösti "vegetarisch"

M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
826kJ/198kcal, Fett 9,9g, gesättigte Fettsäuren 5,3g,
Kohlenhydrate 23g, Zucker 1,2g, Ballaststoffe 1,6g,
Eiweiß 3,3g, Broteinheiten 1,9



Sonntag 21.06.



Klare Suppe
Frittaten mit Schnittlauch

S
G, G1, Ei, M,
Me, La, (Sb),

Nährwertangaben pro Portion
305kJ/73kcal, Fett 2,8g, gesättigte Fettsäuren 0,7g,
Kohlenhydrate 8,9g, Zucker 1,7g, Ballaststoffe 0,5g,
Eiweiß 2,7g, Broteinheiten 0,7



SALAT

Dienstag 16.06.



Rotkohlsalat mit Zwiebeln
und Helles
Balsamico-Dressing

Sd, Sn 12,
10

Nährwertangaben pro Portion
566kJ/135kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 14g, Zucker 7,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3

Mittwoch 17.06.



Apfel-Sellerie Salat mit
Cranberry und
Joghurt Dressing

M, La, Me,
Sf, S 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
675kJ/153kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 18g, Zucker 8,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3

Donnerstag 18.06.



Gemischter Salat mit
Babyspinat Croutons und
Caesar Dressing

Ei, G, M, La,
Sd, Sn, Me,
G1 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
522kJ/125kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 8,0g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3

Freitag 19.06.



Couscous Salat mit
buntem Gemüse
Basilikum und Tomaten

G, Sd, G1
12, 10

Nährwertangaben pro Portion
1007kJ/241kcal, Fett 10g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 29g, Zucker 13g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 6,1g, Broteinheiten 0,3

Samstag 20.06.

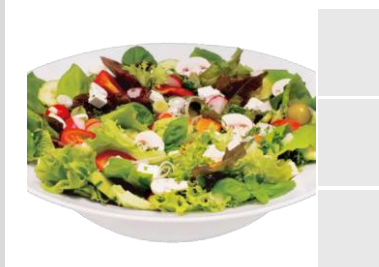


Gemischter Salat mit
schwarzen Oliven
und Helles Balsamico-
Dressing

Sd, Sn 12,
10

Nährwertangaben pro Portion
663kJ/159kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 1,9g,
Kohlenhydrate 11g, Zucker 5,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,6g, Broteinheiten 0,3

Sonntag 21.06.



Gemischter Salat mit
Kichererbsen
und Joghurt Dressing

M, La, Me
12, 10

Nährwertangaben pro Portion
923kJ/221kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 2,4g,
Kohlenhydrate 27g, Zucker 12g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 5,1g, Broteinheiten 0,3

HAUPTGERICHT

Dienstag 16.06.



Wurstpfanne "Jäger Art" vom Schwein
Gebratene Schupfnudeln
Fingermöhren "naturell"

G, G1, M, Me, La, S 20, 3

G, G1, Ei

Nährwertangaben pro Portion
 2005kJ/479kcal, Fett 24g, gesättigte Fettsäuren 8,3g, Kohlenhydrate 48g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 3,4g, Eiweiß 15g, Broteinheiten 4,0



Mittwoch 17.06.



Schwäbischer Sauerbraten
Spätzle
Apfelrotkohl

G, G1, M, Me, La, S

G, G1, Ei

Nährwertangaben pro Portion
 1869kJ/444kcal, Fett 12g, gesättigte Fettsäuren 4,3g, Kohlenhydrate 51g, Zucker 16g, Ballaststoffe 3,9g, Eiweiß 30g, Broteinheiten 4,3



Donnerstag 18.06.



Massaman Curry mit Hähnchen
Basmatireis

Fi, Sb, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
 2454kJ/585kcal, Fett 23g, gesättigte Fettsäuren 18g, Kohlenhydrate 59g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 4,4g, Eiweiß 32g, Broteinheiten 4,9



Freitag 19.06.



Schnitzeltopf über backen in Lauchcremesoße
Naturreis
Grüner Gemüsemix

G, G1, M, Me, La, Sn

Ei, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
 3137kJ/750kcal, Fett 36g, gesättigte Fettsäuren 13g, Kohlenhydrate 58g, Zucker 9,2g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 41g, Broteinheiten 4,8



Samstag 20.06.



Fisch-Poppers Alaska-Seelachs mit Puffreispanade
Petersilienkartoffeln

G, G1, G2, G3, G4, Fi, (Ei), (M), (Me), (La), (Sn)

Blattspinat gehackt mit Sahne

G, G1, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
 2386kJ/568kcal, Fett 21g, gesättigte Fettsäuren 4,1g, Kohlenhydrate 66g, Zucker 5,0g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 25g, Broteinheiten 5,5



Sonntag 21.06.



Gyros Auflauf (vom Schwein) mit Sauerrahm und Käse überbacken
Wellenschnittpommes
Krautsalat mit Kümmel

M, Me, La, S

Sd, Sn 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 2781kJ/691kcal, Fett 27g, gesättigte Fettsäuren 11g, Kohlenhydrate 70g, Zucker 27g, Ballaststoffe 6,2g, Eiweiß 64g, Broteinheiten 5,4



NACHSPEISE

Dienstag 16.06.



Vanillepudding

M, La, Me, G1 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 1098kJ/262kcal, Fett 6,0g, gesättigte Fettsäuren 3,6g, Kohlenhydrate 44g, Zucker 31g, Ballaststoffe 0,0g, Eiweiß 6,9g, Broteinheiten 2,1

Mittwoch 17.06.



Cappuccino-Pudding

G, G1, Sb, M, Me, La, (Ei), (Sf) 1

Nährwertangaben pro Portion
 1324kJ/316kcal, Kohlenhydrate 38g, Fett 15g, Eiweiß 4,2g, gesättigte Fettsäuren 7,3g, Zucker 27g, Ballaststoffe 0,7g, Broteinheiten 2,0



Donnerstag 18.06.



Schoko-Pudding mit Erdbeer-Ragout

M, La, Me, Sf 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 714kJ/170kcal, Fett 3,6g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 28g, Zucker 18g, Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 5,2g, Broteinheiten 1,1



Freitag 19.06.



Erdbeeryoghurt

M, La, Me, Sf 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 963kJ/230kcal, Fett 8,9g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 33g, Zucker 25g, Ballaststoffe 1,5g, Eiweiß 3,4g, Broteinheiten 1,8



Samstag 20.06.



Obstsalat

Sf 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 631kJ/150kcal, Fett 0,3g, gesättigte Fettsäuren 0,1g, Kohlenhydrate 33g, Zucker 28g, Ballaststoffe 2,5g, Eiweiß 2,0g, Broteinheiten 1,8



Sonntag 21.06.



Pfersichjoghurt

M, La, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
 871kJ/208kcal, Fett 8,8g, gesättigte Fettsäuren 4,3g, Kohlenhydrate 29g, Zucker 20g, Eiweiß 3,3g, Broteinheiten 1,5



LEGENDE



mit Alkohol



mit Zutaten vom Fisch



mit Zutaten vom Geflügel



mit Zutaten vom Rind



mit Zutaten vom Schwein



vegetarisch



vegan

01 Farbstoff

02 Konservierungsmittel

03 Antioxidationsmittel

04 Geschmacksverstärker

06 geschwärzt

07 gewachst

08 Phosphat

09 Süßungsmittel(n)

10 Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

11 enth. eine Phenylalaninquelle

12 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken

19 koffeinhaltig

20 Nitritpökelsalz

E Erdnüsse

Ei Eier

Fi Fisch

G Gluten

G1 Weizen

G2 Roggen

G3 Gerste

G4 Hafer

G5 Dinkel-Weizen

G6 Khorasan-Weizen

K Krebstiere

La Laktose

Lp Lupinen

M Milch

Me Milcheiweiß

S Sellerie

Sb Soja

Sd Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg oder 10 mg/l)

Se Sesam

Sf Schalenfrüchte

Sf1 Mandeln

Sf2 Haselnüsse

Sf3 Walnüsse

Sf4 Kaschunüsse

Sf5 Pecannüsse

Sf6 Paranüsse

Sf7 Pistazien

Sf8 Macadamia-/Queenslandnüsse

Sn Senf

W Weichtiere

() Kann Spuren enthalten von ...

MENU PLAN

gratus 

Gültig vom 23.06. bis 28.06.2026

Änderungen vorbehalten. Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben auf dem Speiseplan. Die Informationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.



1 TAGESGERICHT
+ VORSPEISE
+ SALAT
+ NACHSPEISE
+ GETRÄNK

MENU
PREIS
09,50€

VORSPEISE

Dienstag 23.06.



Brokkolicremesuppe

M, Me,
La, S

Nährwertangaben pro Portion
1204kJ/286kcal, Fett 8,6g, gesättigte Fettsäuren 1,5g,
Kohlenhydrate 37g, Zucker 2,7g, Ballaststoffe 4,4g,
Eiweiß 13g, Broteinheiten 3,1



Mittwoch 24.06.



Vegetarische
Linsensuppe

S

Nährwertangaben pro Portion
693kJ/166kcal, Fett 10g, gesättigte Fettsäuren 2,1g,
Kohlenhydrate 12g, Zucker 1,6g, Ballaststoffe 1,2g,
Eiweiß 5,1g, Broteinheiten 1,0



Donnerstag 25.06.



Pizzaschnitten
Mit Tomatenfüllung und
Mozzarella abgestreut

G, G1, Ei, M,
Me, La, (Sf),
(Sf1), (Sf2),
(S)

Nährwertangaben pro Portion
1887kJ/448kcal, Fett 15g, gesättigte Fettsäuren 5,2g,
Kohlenhydrate 64g, Zucker 5,8g, Eiweiß 15g,
Broteinheiten 5,3



Freitag 26.06.



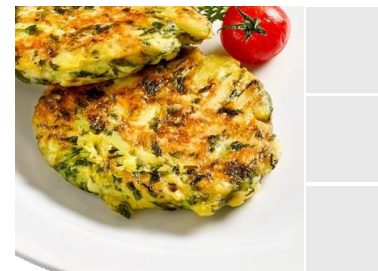
Süßkartoffelsuppe mit
Ingwer

M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
820kJ/196kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 7,3g,
Kohlenhydrate 22g, Zucker 12g, Ballaststoffe 2,2g,
Eiweiß 1,9g, Broteinheiten 1,9



Samstag 27.06.



Kartoffel-Endivien-Puffer

Ei, M, Me

Nährwertangaben pro Portion
1114kJ/266kcal, Fett 13g, gesättigte Fettsäuren 6,1g,
Kohlenhydrate 28g, Zucker 2,1g, Ballaststoffe 3,2g,
Eiweiß 6,7g, Broteinheiten 2,4



Sonntag 28.06.



Gemüse-Frühlingsrolle
Cremiger Kräuterdip nach
Art Sour Cream

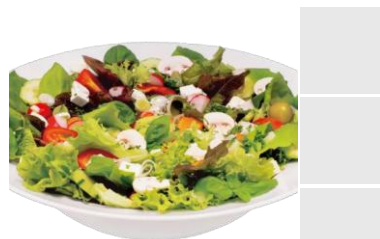
G, G1,
S, Sn
M, Me,
La, S

Nährwertangaben pro Portion
1171kJ/280kcal, Fett 14g, gesättigte Fettsäuren 5,5g,
Kohlenhydrate 32g, Zucker 6,7g, Ballaststoffe 2,1g,
Eiweiß 5,1g, Broteinheiten 2,7



SALAT

Dienstag 23.06.



Gemischter Salat mit
Tomaten
und Helles Balsamico-
Dressing

Sd, Sn 12,
10

Nährwertangaben pro Portion
603kJ/145kcal, Fett 9,3g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 10g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,3g, Broteinheiten 0,3



Mittwoch 24.06.



Gurkensalat mit Dill und
Joghurt Dressing

M, La, Me
12, 10

Nährwertangaben pro Portion
505kJ/121kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 8,0g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3



Donnerstag 25.06.



Gemischter Salat mit Mais
und Joghurt Dressing

M, La,
Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
394kJ/95kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 3,0g, Zucker 3,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 1,1g, Broteinheiten 0,3



Freitag 26.06.



Gemischter Salat mit
schwarze Oliven
und Helles Balsamico-Dressing

Sd, Sn 12,
10

Nährwertangaben pro Portion
513kJ/123kcal, Fett 8,3g, gesättigte Fettsäuren 1,4g,
Kohlenhydrate 8,0g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 2,1g, Broteinheiten 0,3



Samstag 28.06.



Coleslaw Salat mit
Weißkohl Karotten Mayo
und Zitronensaft

G, G1, M,
Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
840kJ/201kcal, Fett 14g, gesättigte Fettsäuren 2,4g,
Kohlenhydrate 13g, Zucker 6,9g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 3,1g, Broteinheiten 0,3



Sonntag 28.06.



Brezensalat mit
Laugenbrezel Radieschen
und Helles Balsamico-
Dressing

G, G4, G1
12, 10

Nährwertangaben pro Portion
923kJ/221kcal, Fett 11g, gesättigte Fettsäuren 2,4g,
Kohlenhydrate 27g, Zucker 12g, Ballaststoffe 1,8g,
Eiweiß 5,1g, Broteinheiten 0,3



HAUPTGERICHT

Dienstag 23.06.



Rindfleischstreifen "Szechuan Art" Mienudelpfanne "Asia-Style" G, G1, Sb, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
2210kJ/525kcal, Fett 15g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Kohlenhydrate 67g, Zucker 17g, Ballaststoffe 6,5g, Eiweiß 28g, Broteinheiten 5,6



Mittwoch 24.06.

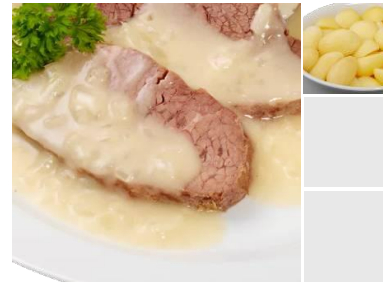


Halbes Brathähnchen Kartoffel-Gemüse-Gratin G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
3466kJ/828kcal, Fett 41g, gesättigte Fettsäuren 15g, Kohlenhydrate 34g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 4,5g, Eiweiß 78g, Broteinheiten 2,9



Donnerstag 25.06.



Westfälisches Zwiebel - fleisch vom Rind in Cremesoße Salzkartoffeln Gurkensalat mit Dill und Joghurt Dressing G, G1, M, Me, La, S, Sn, M, La, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
2382kJ/566kcal, Fett 18g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Kohlenhydrate 57g, Zucker 14g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 39g, Broteinheiten 4,4



Freitag 26.06.



Soße Bolognese vom Rind und Schwein Spaghetti mit Ei G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
2330kJ/555kcal, Fett 20g, gesättigte Fettsäuren 6,0g, Kohlenhydrate 60g, Zucker 12g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 31g, Broteinheiten 5,0



Samstag 27.06.



Hähnchenfilets in Käse-Lauch-Soße Vegetarischer Rösti (Brokoli) Kartoffelpüree M, Me, La, S, G, G1, Ei, M, Me, La, M, Me, La

Nährwertangaben pro Portion
3037kJ/725kcal, Fett 33g, gesättigte Fettsäuren 13g, Kohlenhydrate 61g, Zucker 9,8g, Ballaststoffe 7,4g, Eiweiß 42g, Broteinheiten 5,1



Sonntag 28.06.



Riesen-Rostbrat wurst Curry-Ketchup-Soße Wellenschnittpommes 3, Sn

Nährwertangaben pro Portion
3491kJ/836kcal, Fett 48g, gesättigte Fettsäuren 16g, Kohlenhydrate 72g, Zucker 15g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 27g, Broteinheiten 6,0



NACHSPEISE

Dienstag 23.06.

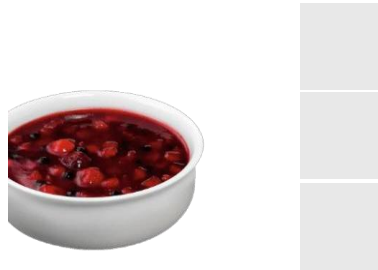


Milchreis mit Zimt-Zucker M, La, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
2306kJ/547kcal, Fett 9,6g, gesättigte Fettsäuren 6,1g, Kohlenhydrate 101g, Zucker 50g, Ballaststoffe 1,1g, Eiweiß 13g, Broteinheiten 6,4



Mittwoch 23.06.



Rote Grütze G, G1, M, Me, La, S

Nährwertangaben pro Portion
444kJ/106kcal, Fett 0,2g, gesättigte Fettsäuren 0,0g, Kohlenhydrate 24g, Zucker 13g, Ballaststoffe 2,1g, Eiweiß 1,8g, Broteinheiten 0,7



Donnerstag 25.06.



Quark-Creme Maracuja G, G1, G3, M, Me, La, (Sf)

Nährwertangaben pro Portion
1015kJ/242kcal, Kohlenhydrate 30g, Fett 11g, Eiweiß 6,0g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Zucker 23g, Broteinheiten 1,9



Freitag 26.06.



Joghurt mit Honig und Haferflocken M, La, G4, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
843kJ/201kcal, Fett 8,8g, gesättigte Fettsäuren 4,3g, Kohlenhydrate 26g, Zucker 19g, Eiweiß 3,3g, Broteinheiten 1,5



Samstag 27.06.



Apfel-Ragout mit Keks-Crumble G, M, La, Me, G1 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
457kJ/109kcal, Fett 0,1g, gesättigte Fettsäuren 0,0g, Kohlenhydrate 26g, Zucker 19g, Ballaststoffe 1,3g, Eiweiß 0,3g, Broteinheiten 0,9



Sonntag 28.06.



Pfirsichjoghurt M, La, Me 12, 10

Nährwertangaben pro Portion
871kJ/208kcal, Fett 8,8g, gesättigte Fettsäuren 4,3g, Kohlenhydrate 29g, Zucker 20g, Eiweiß 3,3g, Broteinheiten 1,5



LEGENDE



mit Alkohol



mit Zutaten vom Fisch



mit Zutaten vom Geflügel



mit Zutaten vom Rind



mit Zutaten vom Schwein



vegetarisch



vegan

01 Farbstoff

02 Konservierungsmittel

03 Antioxidationsmittel

04 Geschmacksverstärker

06 geschwärzt

07 gewachst

08 Phosphat

09 Süßungsmittel(n)

10 Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

11 enth. eine Phenylalaninquelle

12 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken

19 koffeinhaltig

20 Nitritpökelsalz

E Erdnüsse

Ei Eier

Fi Fisch

G Gluten

G1 Weizen

G2 Roggen

G3 Gerste

G4 Hafer

G5 Dinkel-Weizen

G6 Khorasan-Weizen

K Krebstiere

La Laktose

Lp Lupinen

M Milch

Me Milcheiweiß

S Sellerie

Sb Soja

Sd Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg oder 10 mg/l)

Se Sesam

Sf Schalenfrüchte

Sf1 Mandeln

Sf2 Haselnüsse

Sf3 Walnüsse

Sf4 Kaschunüsse

Sf5 Pecannüsse

Sf6 Paranüsse

Sf7 Pistazien

Sf8 Macadamia-/Queenslandnüsse

Sn Senf

W Weichtiere

() Kann Spuren enthalten von ...