



Ihr Speiseplan für die Woche 10 vom 03.03.2025 bis zum 09.03.2025.

Sie wollen Ihren individuellen Speiseplan auf Ihrer Homepage einbinden? Verwenden Sie dazu einfach **diesen Link**.

Mittwoch	2 GEFLÜGEL- BOCKWÜRSTCHEN* Sauerkraut Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln <i>Dessert: frisches Obst</i>
-----------------	---

Donnerstag	HÄHNCHEN- GESCHNETZELTES* in süß-saurer Sauce Brokkoli Reis <i>Dessert: 2 Mini Donuts</i>
-------------------	--

Freitag	VEGGIE-BRATLING** (paniert, Reisbasis) Gemüsereis Joghurtdip mit Petersilie <i>Dessert: kein Dessert</i>
----------------	--

* = Gerichte ohne Schweinefleisch

** = vegetarische Gerichte

Mittwoch: 2 GEFLÜGEL- BOCKWÜRSTCHEN* Sauerkraut Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:****Nährwertangaben je Portion**

Energie (Kilojoule):	1695,07 kJ
Energie (Kilokalorien):	404,45 kcal
Fett:	23,71 g
davon gesättigte Fettsäuren:	6,55 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	27,80 g
davon Zucker:	4,94 g
Eiweiß (Protein):	17,30 g
Gesamt-Kochsalz:	5,34 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Konservierungsstoffen:

Natriumnitrit

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure

mit Phosphat:

Donnerstag: HÄHNCHEN- GESCHNETZELTES* in süß-saurer Sauce Brokkoli Reis**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug: Ja

enthält Weizen: Ja

Soja und Sojaerzeugnisse: Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule): 1791,32 kJ

Energie (Kilokalorien): 424,05 kcal

Fett: 2,77 g

davon gesättigte Fettsäuren: 809,85 mg

Kohlenhydrate, resorbierbar: 72,01 g

davon Zucker: 25,16 g

Eiweiß (Protein): 25,97 g

Gesamt-Kochsalz: 4,31 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Konservierungsstoffen:

Kaliumsorbat

mit Antioxidationsmittel:

Ascorbinsäure

Donnerstag, Dessert: 2 Mini Donuts**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug:	Ja
enthält Hafer:	Ja
enthält Weizen:	Ja
Eier und Eierzeugnisse:	Ja
Soja und Sojaerzeugnisse:	Ja
Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose):	Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	374,64 kJ
Energie (Kilokalorien):	89,67 kcal
Fett:	5,06 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,46 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	9,70 g
davon Zucker:	4,24 g
Eiweiß (Protein):	1,16 g
Gesamt-Kochsalz:	81,90 mg

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Phosphat:
mit Backtriebmittel:

Freitag: VEGGIE-BRATLING (paniert, Reisbasis) Gemüsereis Joghurtdip mit Petersilie****Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergest. Erzeug: Ja

enthält Weizen: Ja

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule): 1787,11 kJ

Energie (Kilokalorien): 425,16 kcal

Fett: 14,66 g

davon gesättigte Fettsäuren: 2,02 g

Kohlenhydrate, resorbierbar: 58,31 g

davon Zucker: 5,39 g

Eiweiß (Protein): 12,74 g

Gesamt-Kochsalz: 3,10 g

Enthaltene Zusatzstoffe:

Freitag, Dessert: kein Dessert**Enthaltene Zusatzstoffe:****Zutaten, die allergische oder andere Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können:**

Milch und Milcherzeugnisse (inkl. Lactose): Ja

Nährwertangaben je Portion

Energie (Kilojoule):	546,73 kJ
Energie (Kilokalorien):	129,65 kcal
Fett:	3,43 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,20 g
Kohlenhydrate, resorbierbar:	21,15 g
davon Zucker:	15,66 g
Eiweiß (Protein):	3,17 g
Gesamt-Kochsalz:	128,07 mg

Enthaltene Zusatzstoffe:

mit Farbstoffen:

Beta-Carotin