

# Speisekarte

**KW 30**

22.7. bis 26.7.

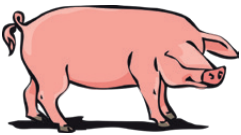
**Mo**



**Spaghetti<sup>a, a1</sup> Bolognese vom Rind mit geraspeltem Käse<sup>9</sup>**

KJ: 2.913,23 · kcal: 693 · F: 10,34 g · ges. FS: 10,34 g  
KH: 80,18 g · Zucker: 10,3 g · EW: 39,58 g · Salz: 4,42 g

**Di**



**Königsberger Klopse<sup>c, 9</sup> mit Kapern-soße<sup>3, 5, a, a1, g, l</sup> und Salz-kartoffeln, dazu Rote-Beete-Salat<sup>9</sup>**

KJ: 2.095,37 · kcal: 545 · F: 30,31g · ges. FS: 13,6 g  
KH: 45,64 g · Zucker: 8,64 g · EW: 0,82 g · Salz: 1,15 g

**Mi**



Platz·halter·bild

**Schlemmer·salat<sup>a, a1, a2, a3, a4, c, j, k</sup>**  
Dessert: Milch·reis<sup>c, g, 1</sup>

KJ: 3.393,14 · kcal: 810 · F: 44,38 g · ges. FS: 5,65 g  
KH: 62,45 g · Zucker: 31,34 g · EW: 37,35 g · Salz: 5,31 g

**Do**



**Hausgemachte Lasagne<sup>a, a1, c, g</sup> mit Soja-Hack, mediterranem Gemüse, Schmand und mit Käse überbacken, dazu Bohnen·salat<sup>11, 2</sup>**

KJ: 2.789,04 · kcal: 670 · F: 35,37 g · ges. FS: 17,84 g  
KH: 63,6 g · Zucker: 11,29 g · EW: 19,99 g · Salz: 3,26 g

**Fr**



**Hähnchenbrust·filet im Knuspermantel<sup>a, a1, a3</sup> mit Zitronengras-soße<sup>2, 3, a, a1, g</sup>, Rosmarin·kartoffeln<sup>1</sup> und grüne Bohnen**

KJ: 4.082,64 · kcal: 982 · F: 64,89 g · ges. FS: 19,1 g  
KH: 57,07 g · Zucker: 10,82 g · EW: 12,5 g · Salz: 8,5 g

# Speisekarte

für Vegetarier und Muslime

**KW 30**

22.7. bis 26.7.

**Mo**



**Spaghetti<sup>a, a1</sup> mit Gemüse-Bolognese und geraspeltem Käse<sup>9</sup>**

KJ: 2.362,31 · kcal: 561 · F: 12,42 g · ges. FS: 5,77 g  
KH: 83,38 g · Zucker: 11,73 g · EW: 22,01 g · Salz: 4,28 g

**Di**



**Gemüse·bällchen<sup>a, a1, f</sup> mit Kapern·soße<sup>3, 5, a, a1, g, l</sup> und Salz·kartoffeln, dazu Rote-Beete-Salat<sup>9</sup>**

KJ: 1.684,48 · kcal: 401 · F: 10,93g · ges. FS: 3,74 g  
KH: 49,11 g · Zucker: 13,62 g · EW: 22,61 g · Salz: 5,58 g

**Mi**



Platz·halter·bild

**Schlemmer·salat<sup>a, a1, a2, a3, a4, c, j, k</sup>**  
Dessert: Milch·reis<sup>c, g, l</sup>

KJ: 3.304,14 · kcal: 789 · F: 43,88 g · ges. FS: 5,35 g  
KH: 66,45 g · Zucker: 31,54 g · EW: 26,85 g · Salz: 6 g

**Do**



**Hausgemachte Lasagne<sup>a, a1, c, g</sup> mit Soja-Hack, mediterranem Gemüse, Schmand und mit Käse überbacken, dazu Bohnen·salat<sup>2, 11</sup>**

KJ: 2.789,04 · kcal: 670 · F: 35,37 g · ges. FS: 17,84 g  
KH: 63,6 g · Zucker: 11,29 g · EW: 19,99 g · Salz: 3,26 g

**Fr**



Platz·halter·bild

**Gebratenes Soja-Schnitzel<sup>a, a1, a4, c, g</sup> mit Zitronengras·soße<sup>2, 3, a, a1, g</sup>, Rosmarin·kartoffeln<sup>1</sup> und grüne Bohnen**

KJ: 4.570,2 · kcal: 1.101 · F: 74,4 g · ges. FS: 19,86 g  
KH: 71,3 g · Zucker: 11,17 g · EW: 29,39 g · Salz: 8,66 g



# Speisekarte

für Kinder

**KW 30**

22.7. bis 26.7.

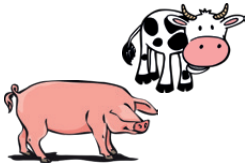
**Mo**



**Spaghetti<sup>a, a1</sup> Bolognese vom Rind**  
mit geraspeltem Käse<sup>9</sup>

KJ: 2.913,23 · kcal: 693 · F: 10,34 g · ges. FS: 10,34 g  
KH: 80,18 g · Zucker: 10,3 g · EW: 39,58 g · Salz: 4,42 g

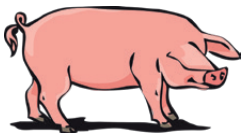
**Di**



**Königsberger Klopse<sup>c, 9</sup>**  
mit Kapern-soße<sup>3, 5, a, a1, g, l</sup>  
und Salz-kartoffeln

KJ: 2.019 · kcal: 484 · F: 28,18g · ges. FS: 13,37 g  
KH: 39,98 g · Zucker: 4,45 g · EW: 17,87 g · Salz: 10,54 g

**Mi**



**Möhreintopf<sup>1, 2, 3, 8, g, l</sup>**  
mit Wiener Würstchen, Mettenden,  
Kartoffeln und Brötchenmix<sup>a, a1, a2, a3, a4, k</sup>  
dazu Milchreis<sup>9</sup>

KJ: 1.205,62 · kcal: 289 · F: 13,24 g · ges. FS: 5,19 g  
KH: 26,27 g · Zucker: 8,39 g · EW: 13,55 g · Salz: 1,96 g

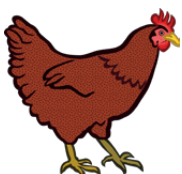
**Do**



**Hausgemachte Lasagne<sup>a, a1, c, g</sup>**  
mit Soja-Hack, mediterranem Gemüse,  
Schmand und mit Käse überbacken

KJ: 2.051 · kcal: 490 · F: 14,03 g · ges. FS: 3,03 g  
KH: 74,89 g · Zucker: 28,74 g · EW: 12,63 g · Salz: 2,08 g

**Fr**



**Hähnchen - Gockelchen<sup>a, a1, a3</sup>**  
mit Zitronengrasssoße<sup>2, 3, a, a1, g,</sup>  
Kartoffeln und Bohnengemüse

KJ: 4.082,64 · kcal: 982 · F: 64,89 g · ges. FS: 19,1 g  
KH: 57,07 g · Zucker: 10,82 g · EW: 12,5 g · Salz: 8,5 g