

Speisekarte vom 05.09.2022 - 09.09.2022 GV C&C

36. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Vollkorn-Kräuter-Nudeln (a/a1/a7/c') dazu Paprikasoße mit Sahne verfeinert (a/a1/f'/g) und geriebener Käse (g)	Blumenkohlröschen mit Schnittlauchsoße, (g/l') Kartoffeln und Kräuterbeilage	Chili sin Carne" mit Soja, Mais, Kidneybohnen, Tomaten und bunten Paprikastreifen (f/i') und Körnerbrötchen (a/a1/a3/a5/a7/k')	Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen (a/a1/c/g/i) dazu Nudelsalat aus Vollkornnudeln mit hausgemachtem Spinat-Parmesan-Öl und Tomaten (2/a/a1/a7/c/f'/g) und Joghurt Schnittlauch Dip (g)	Dampfkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Kräuterbeilage
	Beerenjoghurt (g)	Obst	Pfirsichjoghurt (g)	Beerenjoghurt (g)	Gemüsesticks
	BE 8	BE 7	BE 8	BE 6	BE 4
	629 Kcal / 2645KJ / 20 Fett / 87 KH / 24 Eiweiß	382 Kcal / 1601KJ / 6 Fett / 66 KH / 12 Eiweiß	640 Kcal / 2694KJ / 8 Fett / 86 KH / 50 Eiweiß	620 Kcal / 2592KJ / 31 Fett / 58 KH / 25 Eiweiß	385 Kcal / 1612KJ / 14 Fett / 44 KH / 19 Eiweiß
Menü 2	Kartoffeln mit Rahm-Spinat (g) und Kräuter-Rührei (1/c/g)	Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch von Schwein und Rind, (g) dazu Vollkornbrot (a/a1/a2/a3/a5/a7/k') und Kräuterbeilage	Vollkornnudeln (a/a1/a7/c'/f') mit Bolognese von Schwein und Rind mit geriebenem Käse und Kräuterbeilage (g)	Bunte Gemüsepfanne mit Sesam,Chinakohl,Champignons,Kaisers choten,Paprika und Koriander (a'/f'/k/l') dazu gebackenes Hähnchenbrustfilet, Mango-Joghurt- Dip (g) und Cous - Cous (a/a1)	Fischragout in Senfsoße mit Sahne verfeinert (a/a1/a7/d/g), dazu Paprika- Lauch-Gemüse und Kräuter-Bulgur
	Beerenjoghurt (g)	Obst	Pfirsichjoghurt (g)	Beerenjoghurt (g)	Gemüsesticks
	BE 4	BE 5	BE 5	BE 7	BE 8
	652 Kcal / 2712KJ / 40 Fett / 44 KH / 25 Eiweiß	721 Kcal / 3010KJ / 38 Fett / 46 KH / 44 Eiweiß	583 Kcal / 2448KJ / 25 Fett / 52 KH / 35 Eiweiß	701 Kcal / 2947KJ / 24 Fett / 71 KH / 47 Eiweiß	784 Kcal / 3287KJ / 23 Fett / 97 KH / 37 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

2 konserviert, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, i mit Sellerie*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten
(* = Allergene können in Spuren enthalten sein)

Speisekarte vom 12.09.2022 - 16.09.2022 GV C&C

37. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gebratene Reismudeln(a/a1/a2) mit buntem Gemüse(f) in süßer Chillisoße(f/i/k)dazu Kräutermischung (g)	Vollkornnudeln (a/a1/a7/c'/f') mit Tomatensoße nach "Neapolitanischer-Art" mit Knoblauch und Olivenöl, dazu Käse gerieben (g)	Gebackene Kartoffeln mit Rosmarin dazuRatatouille und Joghurt Schnittlauch Dip (g)	Gebackene Falafel-Bällchen (a/a1/a7) auf geschmortem Ofengemüse mit Bulgur und Mango Joghurt Dip (g)	Vollkornnudeln (a/a1/a7/c'/f') mit vegetarischer "Bolognese" (i) und geriebenem Käse (g)
	Apfel-Quark (a/a4/g)	Obst	Karottensalat mit Apfel	Vanillepudding (1/g)	Heidelbeerjoghurt (g)
	BE 5	BE 6	BE 5	BE 8	BE 5
	391 Kcal / 1627KJ / 12 Fett / 54 KH /11 Eiweiß	411 Kcal / 1729KJ / 10 Fett / 60 KH /16 Eiweiß	366 Kcal / 1528KJ / 14 Fett / 49 KH /9 Eiweiß	728 Kcal / 3047KJ / 33 Fett / 87 KH /16 Eiweiß	307 Kcal / 1295KJ / 6 Fett / 48 KH /13 Eiweiß
Menü 2	Geflügelstreifen "Gyros Art", (a/f) Tzatziki (g) Vollkornreis und Weißkrautsalat mit Möhrenstreifen (g)	Kartoffelsuppe (i) mit Bockwurst, (2/3/9) Brötchen (3/a/a1/a2/a3/a7/c'/f/g/h'/k') und Kräuterbeilage	Paniertes Seelachsfilet (2/3/9/a/a1/a7/d/j) mit Paprika-Zucchini-Tomaten-Ragout dazu Rosmarin-Kartoffeln und Kräuterbeilage	Gebackene Cevapcici (a/a7/c/j) dazu Weißkrautsalat mit Möhrenstreifen, (3/5/l) Tomatenreis und Tzatziki (g)	Gebackenes Hähnchenbrustfilet mit Kartoffeln, Möhrengemüse (a/a1/a7/g) und Kräutersoße (a/a1/f'/g)
	Apfel-Quark (a/a4/g)	Obst	Karottensalat mit Apfel	Vanillepudding (1/g)	Heidelbeerjoghurt (g)
	BE 5	BE 5	BE 8	BE 7	BE 8
	936 Kcal / 3911KJ / 37 Fett / 66 KH /80 Eiweiß	519 Kcal / 2171KJ / 25 Fett / 48 KH /23 Eiweiß	656 Kcal / 2759KJ / 20 Fett / 87 KH /31 Eiweiß	865 Kcal / 3612KJ / 46 Fett / 76 KH /31 Eiweiß	822 Kcal / 3440KJ / 32 Fett / 86 KH /44 Eiweiß











Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, h3 mit Walnüssen, h4 mit Cashewnüssen, h5 mit Pekannüssen, h6 mit Paranüssen, h7 mit Pistazien, h8 Macadamianüsse/Queenslandnüsse, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Backofengemüse mit Tomatenquark (g) Kartoffeln und Kräuterbeilage (a/a1/a2/a3/a4/f/h/h1/h2/h3/h4/h5/h6/h7/h8/k') Kräuter 	Bunte Gemüsesuppe mit Gabelspaghetti (a/a1/a7/i) und Kräuterbeilage 	Vollkornnudeln (a/a1/a7/c/f') mit Schwarzwurzel-Rahm-Soße (a/a1/f'/g) geriebenem Käse und Kräutern (g) 	Gebackene vegetarische Zucchini (2/g) mit Rahm-Mischgemüse (a/a1/f'/g) und Kräuter-Bulgur (a/a1) 	Vegetarischer Steckrübeneintopf mit Kartoffeln, (a/a1/f'/g) Petersilie, und Körnerbrötchen (a/a1/a3/a5/a7/k') 
	Erdbeerquark (g) BE 10 682 Kcal / 2871KJ / 16 Fett / 106 KH / 24 Eiweiß	Obst BE 5 218 Kcal / 925KJ / 1 Fett / 44 KH / 8 Eiweiß	Eisbergsalat mit Joghurdressing BE 6 660 Kcal / 2760KJ / 29 Fett / 73 KH / 22 Eiweiß	Karamellpudding (g) BE 11 692 Kcal / 2913KJ / 18 Fett / 106 KH / 23 Eiweiß	Joghurt mit Waldbeeren (g) BE 7 632 Kcal / 2643KJ / 26 Fett / 74 KH / 20 Eiweiß
Menü 2	Reispfanne mit Erbsen, Lauch, Karotten und Schweinefleischstreifen (i') dazu hausgemachtes Spinat-Basilikum-Pesto (2/3/c/g) 	Deftiger Erbseneintopf (i) mit Knacker (1/2/3/9/a/a2/a3/a4/a7/c/f'/g/h'/h7'/i'/j') Brötchen und Kräuterbeilage (3/a/a1/a2/a3/a7/c/f/g/h'/k') 	Bunte Fischsuppe mit Paprika, Fenchel, Tomate und Zucchini (d/i) dazu Mehrkornbrot (a/a2/a3/a4/a7) 	Gebackenes Hähnchenbrustfilet mit Romanesco, (g) Tomatensoße und Kartoffeln 	Rindergulasch mit Brokkoli, Möhren, dazu Butter-Spätzle (a/a1/c/f'/g) 
	Erdbeerquark (g) BE 6 824 Kcal / 3463KJ / 49 Fett / 58 KH / 31 Eiweiß	Obst BE 12 941 Kcal / 3957KJ / 22 Fett / 125 KH / 56 Eiweiß	Eisbergsalat mit Joghurdressing BE 3 308 Kcal / 1294KJ / 3 Fett / 36 KH / 29 Eiweiß	Karamellpudding (g) BE 3 473 Kcal / 1973KJ / 27 Fett / 19 KH / 37 Eiweiß	Joghurt mit Waldbeeren (g) BE 8 715 Kcal / 3002KJ / 25 Fett / 82 KH / 38 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h7 mit Pistazien, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten
(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus

Speisekarte vom 26.09.2022 - 30.09.2022 GV C&C

39. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Buntes gebratenes Asia-Gemüse mit Mango (i/k) dazu süße Chilli-Soße, (3/5/a/l) Langkornreis und gebackene Frühlingsrolle (a/a1/a7/i)	Bunter Linseneintopf mit Sellerie, Lauch, Erbsen, Karotten und Kartoffeln (i), dazu Graubrot (a/a1/a2/a7/k')	Vegetarische Tortellini (3/a/a1/a7/c/f'/g/i') mit Brokkoli-Soße (a/a1/a7/g) und Kräuterbeilage	Vegetarischer Linsenbratling (a'/a1'/a2'/a3'/a4'/c'/f'/i'/j'/k') mit Kräuterquark (g) dazu Dampfkartoffeln	Zweifarbige Möhren und Kohlrabi in Kräuter-Sahnerahm(a/a1/f/g) (f/g) mit Langkornreis
	Brombeerquark (g)	Obst	Vanillequark (g)	Schokoladenpudding (g)	Eisbergsalat (3) mit Joghurtdressing (1/3/5/g/l)
	BE 11	BE 6	BE 9	BE 9	BE 5
	584 Kcal / 2472KJ / 5 Fett / 124 KH / 9 Eiweiß	312 Kcal / 1321KJ / 2 Fett / 54 KH / 14 Eiweiß	763 Kcal / 3209KJ / 26 Fett / 103 KH / 28 Eiweiß	690 Kcal / 2890KJ / 18 Fett / 93 KH / 31 Eiweiß	234 Kcal / 990KJ / 1 Fett / 50 KH / 5 Eiweiß
Menü 2	Gebratene Schupfnudeln (a/a1/c'/f'/j'/l') mit Kräuter-Sahnesoße (g) und Geflügelstreifen	Hausgemachte Soljanka mit Jagdwurststreifen, Paprika, Gewürzgurken und Tomaten (2/3/5/8/9/j/l) dazu ein Brötchen (a/a1/a3/a5/a7/k')	Szegediner Gulasch vom Schwein mit Dampfkartoffeln, Saurer Sahne und Kräutern (g)	Putengeschnetzeltes (a/a1/a2/a3/g) dazu Kohlrabi-Möhrengemüse und Langkornreis,	Paniertes Rotbarschfilet (a/a1/a7/d) mit Backofengemüse, Dill Joghurt-Dip (g) und Petersilien-Kartoffeln
	Brombeerquark (g)	Obst	Vanillequark (g)	Schokoladenpudding (g)	Eisbergsalat (3) mit Joghurtdressing (1/3/5/g/l)
	BE 8	BE 6	BE 5	BE 8	BE 6
	596 Kcal / 2507KJ / 20 Fett / 73 KH / 29 Eiweiß	601 Kcal / 2519KJ / 23 Fett / 60 KH / 33 Eiweiß	447 Kcal / 1872KJ / 18 Fett / 45 KH / 23 Eiweiß	786 Kcal / 3292KJ / 34 Fett / 83 KH / 36 Eiweiß	551 Kcal / 2316KJ / 11 Fett / 72 KH / 37 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 8 mit Süßungsmittel, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus