

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Schule Vorspeise Nährwert	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, kcal 36,5 / kJ 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1	geschnittener Chinakohl Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, kcal 39,1 / kJ 164,0 / Fett 0,6 / EW 3,4 / KH 1,3	Rohkost (Karotte, Tomate und Gurke) kcal 9,6 / kJ 40,1 / Fett 0,4 / EW 0,1 / KH 1,8	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rote-Bete(gekocht)-Jogurt-Salat F, G, I, L, 3, 5, G, J, kcal 42,2 / kJ 176,5 / Fett 0,9 / EW 2,8 / KH 1,0	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, kcal 36,5 / kJ 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1
Schule Hauptgang Vegetarisch Nährwert	vegetarische Hackbällchen dazu Erbsen, Rahmsauce und Spätzle G, A1, C, kcal 588,0 / kJ 2460,2 / Fett 27,4 / EW 17,9 / KH 75,8	Vegetarische Frühlingsrollen mit Sojasauce und Gelber-Reis A1, F, I, J, F, K, kcal 379,0 / kJ 1585,9 / Fett 12,5 / EW 4,3 / KH 70,3	Champignon-Bolognese mit Fusilli und geriebener Emmentaler I, A1, C, G, kcal 478,9 / kJ 2003,8 / Fett 20,7 / EW 10,4 / KH 72,5	Dampfkartoffeln dazu Kräuterquark G, kcal 309,0 / kJ 1292,7 / Fett 17,9 / EW 3,2 / KH 48,4	vier Falafelbällchen mit Humus (cremige Kichererbsen), und Rotkohlsalat Fladenbrot A1, 3, L, 3, 5, A1, A3, K, kcal 670,4 / kJ 2804,8 / Fett 20,9 / EW 19,4 / KH 100,6
Schulen Nachspeise Nährwert	Verschiedenes Obst der Saison kcal 109,3 / kJ 457,2 / Fett 1,4 / EW 0,4 / KH 23,2	Erdbeerjogurt G, kcal 93,6 / kJ 391,6 / Fett 2,4 / EW 2,5 / KH 0,0	Handobst: Birnen kcal 65,0 / kJ 272,5 / Fett 0,6 / EW 0,4 / KH 15,5	Verschiedenes Obst der Saison kcal 109,3 / kJ 457,2 / Fett 1,4 / EW 0,4 / KH 23,2	Vanillepudding G, kcal 113,9 / kJ 476,3 / Fett 3,0 / EW 3,5 / KH 17,0

Allergen-Kennzeichnung: A1 Weizen | A2 Roggen | A3 Gerste | A4 Hafer | A5 Dinkel | B Kerbstiere | C Eier | D Fisch | E Erdnüsse | F Sojabohnen | G Milch | H1 Mandeln | H2 Haselnüsse | H3 Walnüsse | H4 Cashewnüsse | H5 Pecannüsse | H7 Pistazien | H8 Macasamianüsse | I Sellerie | J Senf | K Sesam | L Schwefeldioxid und Sulfite | M Lupine | N Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Geschmacksverstärker | 5 geschwefelt | 6 geschwärzt | 7 mit Süßungsmittel | 8 mit Phosphat

Bitte beachten Sie, dass sich bei kurzfristigen Änderungen im Speiseplan, auch Allergene und Zusatzstoffe ändern können!

Wir verwenden folgende Lebensmittel ausschließlich in Bio-Qualität: Äpfel, Bananen, Reis, Penne und Fussili



DE-006