

# Speisekarte KW 13

Für die Woche vom  
27.03. - 30.03.2017

Gericht

Montag



**Spaghetti "Bolognese" vom Rind  
mit geriebenem Käse**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf

kJ 634 / kcal 151 / Fett 4,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g  
KH 20,6 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 7,1 g / Salz 1,15 g / 1,7 BE

Dienstag



**Ungarisches Rindergulasch  
in Paprikasauce, mit Langkornreis**

Gluten (Weizen), Senf

kJ 591 / kcal 141 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g  
KH 18,0 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 1,27 g / 1,5 BE

Mittwoch



**Herzhafter Pfannkuchen  
mit pikanter Puten-  
Hackfleischsauce**

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie, Senf

kJ 731 / kcal 175 / Fett 10,2 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g  
KH 14,1 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,92 g / 1,2 BE

Donnerstag



**Geflügelbratwurst mit  
Kartoffelpüree  
und Sauerkraut**

Milch (Lactose), Senf

3, 8  
kJ 536 / kcal 128 / Fett 7,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g  
KH 9,1 g, davon Zucker 4,0 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,68 g / 0,8 BE

Dessert/  
Salat

Dessert

Dessert

Dessert

Dessert

**2 x wöchentlich Salatbar**



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.