

# Speisekarte KW 20

Für die Woche vom  
13.05. - 16.05.2019

**Montag**


**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

Gericht

**Bandnudeln-Spinat-Pfanne  
mit Kirschtomaten**

  
**Hähnchen-Döner im  
Fladenbrötchen mit  
Linsen-Bulgursalat, Sour Cream  
und Ofen-Frites**

**Bio-Lachsravioli mit  
Bio-Tomatensauce und  
Bio-Reibekäse**

**Schupfnudeln-Gemüsepfanne  
mit Gojibeeren und Dip**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen

Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Schwefeldioxid/Sulphit

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/Sulphit

3, 5, 6

3, 5

kJ 618 / kcal 148 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 gKH 22,8 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 1,02 g / BE 1,9

kJ 793 / kcal 190 / Fett 6,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 gKH26,5 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 7,2 g / Salz 1,03 g / BE 2,2

kJ 642 / kcal 153 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 gKH 23,4 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 7,1 g / Salz 1,80 g / BE 2,0

kJ 554 / kcal 132 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 gKH 19,5 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 0,44 g / BE 1,6

**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.