

# Speisekarte KW 43

Für die Woche vom  
23.10. - 26.10.2017

## Gericht

**Montag**



**Kräftiger Kartoffeleintopf  
mit Geflügelwiener und  
Vollkornbrot**

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer), Milch (Lactose), Sellerie, Sesam

2, 3, 8

kJ 530 / kcal 127 / Fett 6,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 12,4 g, davon  
Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 0,22 g / 1,0 BE

**Dienstag**

**Spaghetti mit  
Gemüse-Bolognese**

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

kJ 601 / kcal 144 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g KH 22,1 g, davon  
Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,18 g / 1,8 BE

**Mittwoch**

**Gebackenes vegetarisches Schnitzel  
mit Spirelli und Zucchini-  
Tomatengemüse**

Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf

kJ 607 / kcal 145 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g KH 19,8 g, davon  
Zucker 1,5 g / Eiweiß 8,2 g / Salz 0,19 g / 1,7 BE

**Donnerstag**



**Herzhafter Pfannkuchen  
mit pikanter Puten-  
Hackfleischsauce**

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

kJ 728 / kcal 174 / Fett 10,2 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 13,9 g,  
davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,15 g / 1,2 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.