

# Speisekarte KW 46

Für die Woche vom  
13.11. - 16.11.2017

Montag



**Knusprige Fischnuggets  
mit Kartoffelpüree, Sauce und  
Mais-Karotten-Erbsengemüse**

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

Dienstag

**Knusprige Gemüsefrikadelle  
mit Kartoffelpüree und  
Wirsinggemüse**

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Mittwoch



**Hähnchengeschnetzeltes in  
Currysauce mit Apfel und Ananas,  
dazu Reis**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

Donnerstag



**LAHMACUN-TAG  
Vegetarisches Lahmacun,  
gefüllt mit Salat und  
Joghurtsauce**

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)

12

kJ 598 / kcal 143 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 16,3 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 0,41 g / 1,4 BE    kJ 457 / kcal 109 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g KH 13,7 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,79 g / 1,2 BE    kJ 541 / kcal 129 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 19,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6 g / Salz 1,17 g / 1,6 BE    kJ 659 / kcal 158 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 18,7 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 2,76 g / 1,6 BE

Gericht

Dessert

Dessert

Dessert

Dessert

Dessert/  
Salat

**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.