Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
01.04.2024	**Entenbrust**	240	324,00	24,80	30,80	0,00	3,0	
	in Orangensauce	100	59,00	1,20	3,10	7,20		a,**1(W)**
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	1,20	1,70		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*559*	*34,7*	*35,3*	*37,3*		
	Schweineroulade "Hausfrauen Art"	120	240	26,4	12,9	4,35	3,0	**1(W)**
	in Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		
	und Stampfkartoffeln	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	Gesamt		*449,3*	*34,6*	*19,2*	*33,75*		
	Rinderbraten	100	153,00	27,80	3,70	1,90	4,0	
	in Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a, **1(W)**
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*402,50*	*34,85*	*6,70*	*46,80*		
	Vegetarische gefüllte rote Paprikaschote	200	234,00	3,20	5,10	2,90	6,5	**1(W),3,6,9,10**
	in fruchtiger Tomatensauce,	100	63,80	2,20	1,00	11,20		
	und Vollkornreis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	Gesamt		*631,80*	*12,20*	*7,30*	*80,10*		
02.04.2024	**Jägerschnitzel**	120	262,00	19,20	12,00	19,20	4,5	**1(W)**
	in Champignonrahmsauce,	100	36,70	1,40	2,10	3,50		a,b,c,e,**1,3,7,12**
	dazu Buttergemüse	100	74,00	2,50	4,60	3,90		**7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*512,70*	*27,10*	*18,90*	*55,00*		
	"Szegediner Gulasch"	300	264,00	27,20	13,50	5,00	3,0	**1(W)**,a
	mit Sauerkraut							
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*404,00*	*31,20*	*13,70*	*33,40*		
	Hähnchen-Zucchini-Wok	300	186,00	25,30	3,70	6,50	6,5	
	mit roter Paprika, Frühlingszwiebeln, Ingwer, Sojasauce,							**1(W),6,**b
	dazu Naturreis	200	357,00	8,00	2,80	74,00		
	Gesamt		*543,00*	*33,30*	*6,50*	*80,50*		
	Schupfnudel-Gemüsepfanne	500	556,00	13,60	14,80	91,60	8	**1(W),3**
	mit grünen Bohnen, Möhren, Lauch und Kräutern,							
	dazu Schnittlauchsauce	100	46,50	2,20	1,20	5,10		**1(W),3,7**
	Gesamt		*602,50*	*15,80*	*16,00*	*96,70*		
03.04.2024	**"Bergsteiger Kartoffelgratin" mit Rinderhackfleisch, Pilzen**	500	570	23,3	33	35	3,0	**1(W),7,12**,b,c,e
	und gratiniertem Käse							
	Gesamt		*570*	*23,3*	*33*	*35*		
	1 große Nürnberger Rostbratwurst	100	266	14,7	25	0	3,5	j,**9,10**
	in Bratenfond	100	44,00	0,60	1,10	7,70		**1(W)**,a
	dazu Spitzkohl	150	69,00	3,20	2,60	8,40		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*519,00*	*22,50*	*28,90*	*44,50*		
	Gekochtes Rindfleisch	150	155,00	24,20	6,40	0,00	3,0	a
	in Meerrettichsauce,	100	91,00	1,20	5,40	7,60		**1(W),7,12**,c,e
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	und eine kalte Beilage	80	12,80	0,48	0,04	2,00		h
	Gesamt		*398,80*	*29,88*	*12,04*	*38,00*		
	4 Kartoffelpuffer	240	315,00	5,76	7,20	55,20	8,0	**1(W),3**
	mit Apfelmus	240	163,00	0,72	0,24	39,10		c
	Gesamt		*478,00*	*6,48*	*7,44*	*94,30*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
04.04.2024	**Geschnetzeltes "Gyros Art" mit Zwiebeln**	200	297,00	29,90	16,40	4,80	**4,5**	
	dazu Tomatenreis	250	222,00	4,80	0,40	49,00		
	und Tzatziki	50	47,00	1,80	3,20	2,80		3,7,10
	Gesamt		*566,00*	*36,50*	*20,00*	*56,60*		
	Bauernfrikadelle	100	268	16	18	12	**4,5**	**1(W),3**
	mit Zwiebelsauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	mit Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	Gesamt		*517,5*	*23,05*	*21*	*56,9*		
	Möhreneintopf	420	141,00	5,10	1,40	24,90	**3,0**	**7**
	mit Geflügelhackbällchen	100	270,00	15,00	18,00	12,00		**1(W),3,7,10**
	Gesamt		*411,00*	*20,10*	*19,40*	*36,90*		
	Farfalle "Tomate-Mozzarella"	300	394,00	14,20	1,80	79,00	**7,5**	**1(W)**
	mit Kirschtomaten und Basilikum	200	98,00	2,10	1,40	13,40		
	Gesamt		*492,00*	*16,30*	*3,20*	*92,40*		
05.04.2024	**Würzige Paprika-Käsesuppe**	500	426,00	24,10	23,20	10,40	**3,5**	**1(W),3,7**
	Hackfleisch, Schmelzkäse, Zwiebel, Schnittlauch, Fetakäse,							
	dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		**1(W)**
	Gesamt		*570,00*	*28,40*	*24,00*	*39,70*		
	"Knusperfisch" (Seelachs und Goldlachs) in Cornflakespanade,	150	180,00	19,30	1,20	22,20	**4,5**	**1(W),4**
	mit Rahmerbsen	150	152,00	6,30	10,40	8,60		**1(W),3,7**
	dazu Kartoffelstampf	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
	Gesamt		*446,00*	*27,80*	*13,40*	*52,40*		
	Hähnchenschenkel	210	208,00	21,80	13,40	0,00	**3,5**	
	mit Sauce,	100	46,60	0,66	0,13	10,26		**1(W),**a
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*432,60*	*29,56*	*14,83*	*42,76*		
	Asiatisches Curry mit Karotte, Paprika, Erbsen, Kartoffel, Zucchini,	300	256,00	8,40	10,20	12,50	**6,5**	**1(W),5,6**,b
	Broccoli, Zwiebel, Knoblauch, Kokosmilch, Sojasauce, Erdnüsse,							
	mit Reis	200	334,00	6,80	1,20	66,00		
	Gesamt		*590,00*	*15,20*	*11,40*	*78,50*		
06.04.2024	**"Irish Stew" mit Lamm, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Weißkohl,**	500	425,00	2,10	16,80	34,50	**3,0**	**9**
	Thymian, Knoblauch, Sellerie und Kartoffelwürfel							
	Gesamt		*425,00*	*2,10*	*16,80*	*34,50*		
	Grillbraten	100	209,00	27,20	10,50		**3,0**	
	in Bratensauce	100	44,00	0,60	1,10	7,70		a,**1(W)**
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		
	und Stampfkartoffeln	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	Gesamt		*421,00*	*35,30*	*15,40*	*33,10*		
	Lebergeschnetzeltes	150	176,00	29,10	4,96	3,20	**3,5**	
	in Apfelsauce	100	52,00	3,10	6,00	5,90		c,a,**1(W)**
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	und Möhrensalat	80	56,00	0,80	1,20	9,50		
	Gesamt		*398,00*	*35,20*	*13,96*	*40,20*		
	Gemüsebratling	150	128,00	7,50	1,40	22,50	**5,0**	
	dazu Kohlrabi in Rahm	150	51,60	1,50	1,90	7,40		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*319,60*	*13,00*	*3,50*	*58,30*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
07.04.2024	**Geschmorte dicke Rippe**	120	289	20	22,8		4,0	
	in Kümmelsauce,	100	52,40	0,80	2,70	6,20		**1(W)**,a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*549,60*	*27,15*	*26,00*	*47,10*		
	Poulardenbrust auf Sahnelinsen	100	109,00	22,00	1,50	1,40	4,0	
	mit Linsen, Senf, Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Sahne,	200	276,00	12,40	16,20	19,60		**1(W),3,7,**b,c
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*525,00*	*38,40*	*17,90*	*49,40*		
	Schweinebraten	150	203,00	24,60	11,60	0,00	3,5	
	in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		**1(W)**,a
	dazu Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*458,00*	*33,50*	*20,20*	*41,70*		
	Gebackene Champignons	180	276,00	8,40	10,70	36,50	6,0	**1(W),3**
	an Knoblauch-Kräutersauce,	120	92,00	1,10	5,40	9,70		**1(W),7,3**
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*508,00*	*13,50*	*16,30*	*74,60*		
08.04.2024	**BIO-Spaghetti "Bolognese"**	300	474,00	17,40	2,70	93,00	8,5	**1(W)**
	mit Rinderhackfleischsauce	200	265,00	22,70	19,40	8,10		
	Gesamt		*739,00*	*40,10*	*22,10*	*101,10*		
	Ostfriesische dicke Bohnen	200	168,00	12,40	1,20	10,40	3,5	**1(W),3,7**
	mit Mettenden	100	286,60	14,22	25,00	1,22		b,c
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*594,60*	*30,62*	*26,40*	*40,02*		
	Rührei	80	116,00	8,80	7,20	4,00	5,0	**3,7,9**
	mit Tomaten-Paprikaragout	150	84,00	2,90	1,60	9,30		**1(W),7**
	und Kartoffelrösti	200	320,00	4,00	14,00	44,60		
	Gesamt		*520,00*	*15,70*	*22,80*	*57,90*		
	Sesam-Karotten-Knuspersticks	150	355,00	5,60	16,50	37,50	6,0	**1(W),11**
	an Sauce á la Hollandaise	80	196,00	1,00	20,10	3,12		**1(W),3,7**
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*691,00*	*10,60*	*36,80*	*69,02*		
09.04.2024	**"Grön Hini" mit grünen Bohnen, Speck und Birnen,**	500	486	19,2	24,8	37,2	5,5	b,c
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*626,00*	*23,20*	*25,00*	*65,60*		
	"Köttbullar" Rinderhackfleischbällchen	200	256,00	18,80	19,50	13,60	5	**1(W,H),3,7,**a
	in Rahmsauce,							
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	und Preiselbeergelee	50	91,00	0,13	0,13	22,00		
	Gesamt		*461,00*	*21,13*	*21,43*	*57,20*		
	Kohlrabieintopf	400	160,00	7,40	1,20	29,20	2,5	**7**
	mit Fleischeinlage	80	129,00	16,30	7,00	0,00		
	Gesamt		*289,00*	*23,70*	*8,20*	*29,20*		
	Bratnudel-Gemüsepfanne mit Paprika, Weißkohl,	500	595,00	13,80	17,10	82,80	7,0	**1(W) 6,5**
	Möhren, Mu-Err Pilzen, Mungobohnenkeimlingen und Sojasauce							
	Gesamt		*595,00*	*13,80*	*17,10*	*82,80*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
10.04.2024	**Schweineschnitzel "Elsässer Art"**	120	272	22,8	12	18,1	4,5	**1(W)**
	dazu Zwiebelsauce mit Speck, Knoblauch und Créme fraiche,	100	148	3,4	5,2	6,2		**1(W)3,7**
	Kartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	und einen Gurkensalat	60	56,00	0,50	0,20	1,50		
	Gesamt		*616,00*	*30,70*	*17,60*	*54,20*		
	Kasslerbraten	150	175	21	9,8	1,1	3,5	c,b
	mit Zwiebelsauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Sauerkraut	150	51,70	1,60	0,20	8,70		
	Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*408*	*27,3*	*12,7*	*42,2*		
	Putengulasch	100	169,00	27,00	6,50	0,50	3,5	
	in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		**1(W)**,a
	dazu Leipziger Allerlei	150	38,00	3,10	1,10	4,10		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*401,00*	*35,20*	*13,50*	*40,90*		
	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Feta	500	562	8,2	34,6	42,4	3,5	**3,7**
	Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken							
	Gesamt		*562,00*	*8,20*	*34,60*	*42,40*		
11.04.2024	**"Chili con Carne"**	260	256,00	22,40	12,40	16,10	6,5	
	Hackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen,							
	dazu Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	Gesamt		*518,00*	*28,00*	*13,20*	*78,10*		
	"Berner Pfanne" *	300	326,00	31,40	10,80	12,20	4,0	**1(W),7,3**
	Hähnchengeschnetzeltes in Käse-Paprikasauce,							
	dazu Kartoffelrösti	150	273,00	3,75	12,45	36,00		
	Gesamt		*599,00*	*35,15*	*23,25*	*48,20*		
	Geflügelfleischkäse	100	250,00	12,00	22,30	0,00	3,5	b,c,j
	in Sauce,	100	54,00	1,10	5,70	7,90		**1(W)**,a
	dazu Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*505,00*	*20,90*	*30,90*	*41,70*		
	Vegetarische Linsensuppe mit Süßkartoffel, Zwiebel, Curry,	500	426,00	24,70	2,10	64,20	5,5	
	Knoblauch, Karotte und Petersilie							
	Gesamt		*426,00*	*24,70*	*2,10*	*64,20*		
12.04.2024	**Spitzkohleintopf mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel**	500	328,00	16,90	12,30	31,20	2,5	**7**
	Gesamt		*328,00*	*16,90*	*12,30*	*31,20*		
	Geschmorter Schweinekamm	150	203	24,6	11,6	0	6,5	
	mit Paprikagemüse in Tomatensugo,	150	74,00	3,10	2,10	10,80		
	dazu Spiralnudeln	200	306	10	0,8	64,8		**1(W)**
	Gesamt		*583*	*37,7*	*14,5*	*75,6*		
	Gebr. Buntbarschfilet	140	123	1,2	1,2	0	6,5	**1(W),4**
	mit milder Currysauce,	100	79,00	1,08	4,50	9,70		**1(W),7,**a
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	0,30	3,90		
	und Reis	200	334	6,8	1,2	66		
	Gesamt		*572,00*	*13,78*	*7,20*	*79,60*		
	Blumenkohl-Käse-Medaillon	145	193,00	8,70	4,50	29,40	5,5	**1(W),3,7,9**
	mit Béchamelsauce,	100	146,80	6,10	9,90	8,00		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*479,80*	*18,80*	*14,60*	*65,80*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
13.04.2024	**Sülze "Hausmacher Art" (kalt)**	100	195,00	11,00	15,00	4,00	4,0	b,c,j
	mit Remoulade	30	141,00	0,20	14,70	1,60		**7**
	und Pellkartoffelsalat	300	435,00	3,90	27,00	42,00		**1(W),3,7,10**
	Gesamt		*771,00*	*15,10*	*56,70*	*47,60*		
	Krakauer	100	345,00	14,70	30,30	0,80	3,5	b,c,a,j
	mit Sauce,	100	46,60	0,66	0,13	10,26		a, **1(W)**
	dazu Euromix	100	34,00	2,00	0,30	4,00		**1(W),**a
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		565,60	21,36	30,93	43,46		
	Schweinegulasch mit Champignons	230	234,30	25,20	13,10	4,00	3,5	a**,1(W)**
	dazu junge BIO-Erbsen	130	75,00	7,50	1,40	8,30		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*449,30*	*36,70*	*14,70*	*40,70*		
	Tomaten-Minestrone mit Möhre, Zwiebel, Knoblauch, grüne	500	326,00	10,20	3,20	28,40	2,5	
	und weiße Bohnen, Zucchini, Nudeln							**1(W)**
	Gesamt		*326,00*	*10,20*	*3,20*	*28,40*		
14.04.2024	**Jungschweinnacken "Mediterrane Art"**	100	113,00	22,10	2,00	1,50	3,5	
	mit Kräutern der Provence in Jus,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W),**a
	dazu grüne Bohnen	150	40,50	2,60	1,50	7,10		
	und Rosmarinkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*334,80*	*29,40*	*6,20*	*41,00*		
	Italienisches Lammragout	300	336,00	24,20	23,80	4,90	6	**1(W)**,a,b,c
	mit Speck, Zwiebeln, Knoblauch, Tomatenmark und Zimt,							
	dazu Bandnudeln	200	350	13	2	68		**1(W)**
	Gesamt		*686,00*	*37,20*	*25,80*	*72,90*		
	Zartes Hähnchenbrustfilet	120	174,00	32,40	3,60	0,00	3,0	
	in Schnittlauchsauce,	100	51,00	0,60	3,40	4,30		**1(W),3,7**
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*403,00*	*40,10*	*8,30*	*36,80*		
	Quinoa-Erbsen-Frikadelle	85	166,00	5,40	8,50	16,20	4,5	**9**
	in pikanter Senfsauce (mit Zwiebeln, Sahne und Petersilie),	100	92,00	2,00	5,50	8,80		**1(W),3,7**
	dazu Möhren-Stampfkartoffeln	300	144,00	3,40	2,00	27,20		
	Gesamt		*402,00*	*10,80*	*16,00*	*52,20*		
15.04.2024	**Mediterrane Pastapfanne**	500	520,00	25,60	21,60	54,00	5,5	**1(W),7**
	mit Tomate, Hähnchenbrust, Broccoli, Paprika,							
	dazu Tomatensauce	100	82,60	3,20	1,70	14,80		
	Gesamt		*602,60*	*28,80*	*23,30*	*68,80*		
	Schweine "Cordon bleu"	150	191,00	16,50	6,60	12,60	4,0	b,c,**1(W),7**
	in Rahmsauce,	100	51,00	0,60	2,40	5,60		**1(W),3,7,**a
	dazu Erbsen & Möhren	100	50,00	5,00	0,90	2,90		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*432,00*	*26,10*	*10,10*	*49,50*		
	Frikadelle	100	268,00	16,00	18,00	12,00	4,0	**1(W),3**
	mit brauner Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,**1(W)**
	dazu Grüne-Bohnen-Mix mit Mais, Möhren und Pilzen	150	61,00	3,60	0,40	4,30		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*510,30*	*24,30*	*21,10*	*48,70*		
	"Chili sin Carne"						6,0	**1(W),6,7**
	mit Sojabolognaise, Mais, Zwieblen, Paprika und Kidneybohnen	260	256,00	22,40	12,40	16,10		
	dazu Reis	230	255,30	5,52	0,46	56,35		
	Gesamt		*511,30*	*27,92*	*12,86*	*72,45*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
16.04.2024	**"Berliner Currywurst"**	120	325,00	13,20	30,00	6,00	3,5	b,c,j
	in Gewürzketchupsauce,	100	90,00	1,20	0,70	14,50		**1(W),7**,z
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	und einen Gurkensalat	60	56,00	0,50	0,20	1,50		
	Gesamt		*585,00*	*17,10*	*32,70*	*43,60*		
	Bami Goreng chinesische Eiernudeln mit Hühnchen,	500	560,00	36,50	18,50	55,00	4,5	**1(W),3,6**
	Asia-Gemüse, Knoblauch, Chili und Sojasauce							
	Gesamt		560,00	36,50	18,50	55,00		
	2 gekochte Eier	80	103,00	10,40	6,40	0,00	3,5	**3**
	in Senfsauce,	100	92,00	2,00	5,50	8,80		**1(W),7,10**
	dazu Spinat	150	53,40	4,10	2,60	3,50		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*388,40*	*20,50*	*14,70*	*40,70*		
	Rucola-Süßkartoffel-Schnitte	150	274,00	3,90	10,90	37,50	6,5	**1(W,G)**
	mit Kräutersauce,	100	90,00	1,10	5,40	9,70		**1(W),3,7**
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*504,00*	*9,00*	*16,50*	*75,60*		
17.04.2024	**Labskaus Corned Beef, Rote Beete, Kartoffeln gestampft,**	400	284,00	15,60	7,20	39,60	3,5	b,c,h,**7**
	dazu eine Gewürzgurke	30	4,80	0,20	0,10	0,50		b,h
	und Matjes	100	214,00	12,80	18,00	0,00		b,**4,7**
	Gesamt		*502,80*	*28,60*	*25,30*	*40,10*		
	Gebratene Hähnchenkeule	210	208,00	21,80	13,40	0,00	3,0	
	mit Geflügelrahmsauce,	100	52,00	1,20	4,90	7,60		**1(W)**,a,**3,7**
	dazu mediterraner Gemüsemix	150	38,00	1,50	0,40	5,00		
	und Kartoffelstampf	200	114,00	2,20	1,80	21,60		
	Gesamt		*412,00*	*26,70*	*20,50*	*34,20*		
	3 Hackbällchen	120	252,00	13,20	19,20	7,20	4,0	**1(W), 10**
	in heller Sauce,	100	84,00	0,80	5,00	8,90		**1(W),3,7**
	dazu buntes Gemüse	100	37,00	2,50	0,60	3,80		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*513,00*	*20,50*	*25,00*	*48,30*		
	Spaghetti "con Spinaci"	300	450,00	16,20	2,10	89,20	8,0	**1(W)**
	Sauce mit Blattspinat, Gorgonzola, Frühlingszwiebeln und Knoblauch	200	192,00	7,60	8,60	6,50		**1(W),3,7**
	Gesamt		*642,00*	*23,80*	*10,70*	*95,70*		
18.04.2024	**Schnitzel "Balkan Art"**	120	262	19,2	12	19,2	8,0	**1(W)**
	in pikanter Sauce mit Paprikastreifen,	150	70	1	0,2	15,4		z
	dazu Langkornreis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	Gesamt		*594,00*	*25,80*	*13,00*	*96,60*		
	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art"	300	228,00	22,40	6,20	13,20	3,5	**1(W),7,10,**a,b,e
	mit Pilzen, Zwiebeln, Gewürzgurkenstreifen in Senfsauce,							
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*368,00*	*26,40*	*6,40*	*41,60*		
	Geflügelbratwurst	100	234,00	17,00	18,00	1,00	3,0	**7,9**
	mit brauner Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu BIO-Blumenkohl	150	61,00	3,80	2,70	5,40		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*476,30*	*25,50*	*23,40*	*38,80*		
	Hirtenpfanne	500	585,00	19,00	17,00	89,50	7,5	**1(W),7**
	mit Reisnudeln, Käse, Peperoni und buntem Gemüse							
	Gesamt		*585,00*	*19,00*	*17,00*	*89,50*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
19.04.2024	**Paprikarahm-Putengeschnetzeltes mit Zwiebeln, Crème frâice,**	300	298,00	21,40	11,20	8,80	6	**1(W),3,7**
	Knoblauch und Thymian,							
	dazu Spiralnudeln	200	306	10	0,8	64,8		**1(W)**
	Gesamt		604,00	31,40	12,00	73,60		
	Paniertes Schollenfilet	150	186,00	15,40	10,20	17,40	4,0	**1(W),4**
	dazu Blattspinat mit Zwiebeln und Knoblauch	150	53,40	4,10	2,60	3,50		**1(W),7**
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*379,40*	*23,50*	*13,00*	*49,30*		
	"Hausgemachte Kartoffelsuppe"	500	370,00	14,00	10,80	47,50	4,5	**7,9**,b,c
	mit einer Geflügelbockwurst	50	125,00	6,00	10,50	7,50		b,c,j
	Gesamt		*495,00*	*20,00*	*21,30*	*55,00*		
	1 Chinaschnitte "Hong-Kong"	150	156,00	4,50	0,40	33,00	9,0	**1(W),9,10**
	dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen	150	116,00	1,40	0,70	14,10		z
	mit Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	Gesamt		*534,00*	*11,50*	*1,90*	*109,10*		
20.04.2024	**Bauchfleisch**	100	305,00	13,00	21,00	16,00	4,5	**1(W)**
	in brauner Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Weißkohl	150	62,00	2,90	2,20	8,20		**1(W),3,7**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*548,30*	*20,60*	*25,90*	*56,60*		
	"Osterfehntjer Putengulasch" in Senf-Sahnesauce	300	282,00	24,60	10,80	14,20	3,5	a,**1(W),10**
	mit Zwiebeln, Erbsen, Champignons und Persilie,							b,c,e,**12**
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*422,00*	*28,60*	*11,00*	*42,60*		
	Hähnchenbrustfilet	100	115,00	24,00	1,70	1,10	3,0	
	in Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W),**a
	dazu Broccoli	150	36,00	4,70	0,30	3,90		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*332,30*	*33,40*	*4,70*	*37,40*		
	Veg. Kichererbseneintopf mit Kartoffelwürfel, Knoblauch,	500	302,00	14,10	6,70	39,40	3,5	7
	Tomatenmark, Limettensaft und Naturjoghurt							
	Gesamt		302,00	14,10	6,70	39,40		
21.04.2024	**Kohlroulade mit Schweinehackfleisch**	200	310,00	10,00	27,00	6,80	3,5	**3,7,10**
	in Speck-Zwiebelsauce,	100	152,00	6,30	10,40	8,60		**1(W),**a,b,c
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*602,00*	*20,30*	*37,60*	*43,80*		
	Glasierter Putenbraten	100	160,00	36,50	1,50		6,5	
	mit Aprikosensauce,	100	62,00	2,10	2,90	6,80		**1(W),a**
	dazu Möhrenstifte	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	dazu Langkornreis	200	334	6,8	1,2	66		
	Gesamt		*594,00*	*48,50*	*6,70*	*76,90*		
	Sauerbraten vom Rind	150	186,00	27,40	4,60	0,00	4,0	
	in Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W),**a
	dazu Schwarzwurzeln	150	86,00	1,90	2,00	15,70		**7,1(W),3**
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*453,30*	*34,00*	*9,30*	*48,10*		
	Rote-Bete-Bratling	140	282,00	21,00	16,80	21,00	5	**9**
	mit Lauchgemüse,	150	84,00	31,00	3,60	7,80		**1(W),3,7**
	dazu Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*506,00*	*56,00*	*20,60*	*57,20*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
22.04.2024	**"Schlemmer-Putenschnitzel"**	120	262,00	19,20	12,00	19,20	4,5	**1(W)**
	an holländischer Sauce,	100	251	1,9	25	4,3		**3,7,1(W)**
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*691,00*	*28,20*	*38,30*	*56,00*		
	Schweinefrikadelle	100	268	16	18	12	2,5	
	in Pfeffersauce	100	86,00	0,80	5,10	9,00		**1(W),3,7**
	mit grünen Bohnen	100	34,00	1,80	0,10	4,40		
	und Gabelspaghetti	200	34,00	1,80	0,10	4,40		
	Gesamt		*422,00*	*20,40*	*23,30*	*29,80*		
	Puten-Zucchini-Geschnetzeltes mit Tomate und Curry,	300	236,00	30,10	1,60	9,40	6,5	**1(W),**a
	dazu Reis	200	334	6,8	1,2	66		
	Gesamt		*570,00*	*36,90*	*2,80*	*75,40*		
	Rustikale Zucchini-Kartoffelpfanne mit Thymian, Rosmarin,	500	364,00	8,90	7,10	39,20	3,5	**1(W),3,7**
	Knoblauch und Kirschtomaten							
	Gesamt		*364,00*	*8,90*	*7,10*	*39,20*		
23.04.2024	**Schweinegeschnetzeltes "süß-sauer"**	250	372,00	25,20	24,60	8,50	6,0	**1(W)a,6**
	rote Paprika, Sojasauce, Zwiebel, Ananas, Knoblauch, Tomatenmark							b
	dazu Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	Gesamt		*634,00*	*30,80*	*25,40*	*70,50*		
	Panierte Bauchscheibe	100	305,00	13,00	21,00	16,00	5,0	**1(W)**
	in Bratensauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*554,50*	*20,05*	*24,00*	*60,90*		
	"Ammerländer Hühnersuppeneintopf"	500	326,00	38,70	8,90	21,80	2,0	**1(W),7,9,3**
	mit Gemüse und Muschelnudeln							
	Gesamt		*326,00*	*38,70*	*8,90*	*21,80*		
	Nudelgratin "Tomate-Mozzarella" mit Rigatoni, Knoblauch,	500	604,00	26,80	10,60	93,20	8,0	**1(W),3,7**
	Kirschtomaten und mit Mozzarella überbacken							
	Gesamt		604,00	26,80	10,60	93,20		
24.04.2024	**"Omas Ofensuppe" mit Schweinefleisch, Chili, Curry, Mais,**	500	440,00	23,20	16,10	8,40	3,0	**1(W),3,7**
	Champignons, Erbsen, Paprika und Sahne,							
	dazu ein Kaiserbrötchen	60	144,00	4,30	0,80	29,30		**1(W)**
	Gesamt		*584,00*	*27,50*	*16,90*	*37,70*		
	Rinderhacksteak "Texas"	120	271,00	20,40	18,00	6,60	7,0	**1(W),3**
	mit BBQ-Sauce,	100	91,00	1,00	0,50	19,50		**10,** z
	dazu Langkornreis mit Kidneybohnen	250	276,00	7,90	3,20	57,00		
	Gesamt		*638,00*	*29,30*	*21,70*	*83,10*		
	Schweinegulasch	230	234,30	25,20	13,10	4,00	6,0	a**,1(W)**
	mit Spiralnudeln	200	306,00	10,00	0,80	64,80		**1(W)**
	und Bohnensalat	80	25,00	2,00	0,10	6,00		h
	Gesamt		*565,30*	*37,20*	*14,00*	*74,80*		
	Veg. Currywurst	100	267,00	17,00	18,00	10,00	5,5	**1(W),3,6,10**
	in Gewürzketchupsauce,	100	90,00	1,20	0,70	14,50		z
	dazu Balkangemüse	150	73,50	3,60	0,80	10,20		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*570,50*	*25,80*	*19,70*	*63,10*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
25.04.2024	**Lasagne "Veggi" mit Tomaten-Sojabolognese**	500	487,00	27,80	23,70	39,80	3,5	**1(W),6,7**
	und Béchamelsauce							
	Gesamt		*487,00*	*27,80*	*23,70*	*39,80*		
	"Zwiebelhähnchen"	100	115,00	24,00	1,70	1,10	3,5	
	in Zwiebel-Sahnesauce mit Speck und Petersilie	100	112,00	3,10	6,40	5,20		**1(W),3,7**,b,c
	dazu Kartoffelplätzchen	200	262,00	4,70	12,40	32,00		**3,7**
	dazu Chinakohlsalat	100	14,00	1,20	0,30	1,20		
	Gesamt		*503,00*	*33,00*	*20,80*	*39,50*		
	Hackbraten	100	239,00	12,00	19,00	5,00	4,0	**1(W), 10**
	mit brauner Sauce	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,**1(W)**
	dazu Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*488,50*	*19,05*	*22,00*	*49,90*		
	3 Kartoffeltaschen "Frischkäse-Kräuter"	225	409,00	6,75	22,50	43,00	4,5	**7**
	an Petersiliensauce,	100	77	1,6	4,4	8,1		**1(W),3,7**
	dazu Leipziger Allerlei	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	Gesamt		*524,00*	*11,45*	*28,00*	*55,20*		
26.04.2024	**Frische Erbsensuppe**	500	348,00	19,00	17,20	38,40	3	b,c,j,**9**
	mit einem Geflügelwienerle	50	122	7,5	10	0,5		
	Gesamt		*470,00*	*26,50*	*27,20*	*38,90*		
	Rinderragout	200	210,00	23,90	11,60	2,30	3,5	a,**1(W)**
	dazu junge Erbsen,	130	75,00	7,50	1,40	8,30		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*425,00*	*35,40*	*13,20*	*39,00*		
	Gebratenes Seehechtfilet	150	255,00	16,00	11,40	21,60	5,0	**4**
	an Petersiliensauce,	100	77	1,6	4,4	8,1		**1(W),3,7**
	dazu Kaisergemüse	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*510,00*	*24,70*	*17,10*	*62,20*		
	Kartoffel-Tortilla mit Zwiebeln,	400	469,00	18,90	21,40	46,20	4,0	**3**
	mit Knoblauchdipp	50	83,00	3,30	6,40	2,80		**3,7,10**
	und einen Gurkensalat	60	56,00	0,50	0,20	1,50		
	Gesamt		*608,00*	*22,70*	*28,00*	*50,50*		
27.04.2024	**"Ditzumer Fischtopf" mit Speck, Zwiebeln und Möhren,**	300	324	28,3	14,7	16,9	4,0	**1(W),3,4,7**
	dazu Salzkartoffeln	200	140	4	0,2	28,4		
	Gesamt		*464,00*	*32,30*	*14,90*	*45,30*		
	"Räuberplatte" kleine Bratwurst und Schweinebraten	180	326,00	34,00	21,60	0,50	4,0	
	mit Zigeunersauce,	150	90,00	1,30	0,30	18,00		**z**
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		**7**
	Gesamt		556,00	39,30	22,10	46,90		
	3 Königsberger Klopse	120	252,00	21,60	19,20	7,20	4,0	**3**
	in Kapernsauce,	100	88,60	1,14	5,10	9,90		**7,1(W),3**
	dazu Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	und Rote Beete-Salat	100	16,00	0,60	0,05	2,50		h
	Gesamt		*496,60*	*27,34*	*24,55*	*48,00*		
	"Veggie Paella" mit gr. Bohnen, Zucchini, Aubergine, Zwiebel	500	504,00	16,20	11,60	81,20	7,0	
	Paprika, Tomaten, Kichererbsen, Knoblauch, Safran, Thymian, Reis							
	Gesamt		*504,00*	*16,20*	*11,60*	*81,20*		

Speiseplan April 2024 Nährwertangaben

Datum	Gericht	Rezeptur Gramm	kcal	Eiweiß	Fett	KH	BE-Angaben	Enhält folgende Zusatzstoffe / Allergene
28.04.2024	**"Snirtje Braa"**	150	203,00	24,60	11,60	0,00	3,5	
	in Bratenfond	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,**1(W)**
	dazu Apfel-Rotkohl	150	68,20	2,35	0,30	12,50		z
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*452,50*	*31,65*	*14,60*	*44,90*		
	Burgunderbraten (vom Rind)	100	193,00	24,50	10,60	0,00	3,0	
	in dunkler Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		**1(W)**,a
	dazu Rosenkohl	150	54,00	5,30	2,00	3,80		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*428,3*	*34,5*	*15,3*	*36,2*		
	Kräuterbraten	150	207,00	24,50	11,80	0,00	3,5	
	in Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,**1(W)**
	dazu Pariser Karotten	100	43,00	0,60	0,30	8,50		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*431,30*	*29,80*	*14,80*	*40,90*		
	Wirsing-Lauch-Quiche mit Schmand, Muskat, Knoblauch,	450	526,00	17,30	34,40	19,80	1,5	**1(W),3,7**
	Thymian, Cayennepfeffer und Käse überbacken							
	Gesamt		*526,00*	*17,30*	*34,40*	*19,80*		
29.04.2024	**Hirtenrolle mit Frischkäse gefüllt**	120	304,00	168,00	21,60	10,00	6,5	**1(W),3,6,7**
	dazu Balkangemüse,	150	73,50	3,60	0,80	10,20		**1(W),a**
	Djuvec-Reis	300	297,00	12,30	1,80	57,30		**7**
	und Knoblauchdipp	50	83,00	3,30	6,40	2,80		**3,7,10**
	Gesamt		*757,50*	*187,20*	*30,60*	*80,30*		
	Schweineleber "Berliner Art"	150	195,00	31,00	6,80	1,50	3,0	
	mit Apfel-Zwiebelgemüse,	150	74,00	1,20	0,60	13,00		c,a,**1(W)**
	dazu Kartoffelpüree	200	114,00	2,20	1,80	21,60		**7**
	Gesamt		*383,00*	*34,40*	*9,20*	*36,10*		
	Gebratene Hähnchenkeule	210	208,00	21,80	13,40	0,00	3,0	
	mit Sauce,	100	41,30	0,70	2,50	4,00		a,**1(W)**
	dazu Möhrenscheiben	150	38,00	3,10	1,10	4,10		
	und Salzkartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*427,30*	*29,60*	*17,20*	*36,50*		
	Rigatoni an geschmortem Gemüse	250	465,00	18,40	3,00	82,00	7,5	**1(W)**
	mit Mozzarella, Paprika, Champ., Zucchini, Tomatenwürfel, Basilikum	200	136,00	12,40	10,20	6,40		**1(W),3,7**
	Gesamt		601,00	30,80	13,20	88,40		
30.04.2024	**Ungarische Gulaschsuppe**	500	426,00	21,40	18,30	21,50	2,0	**1(W),**a
	mit Paprika, Kartoffelwürfel und Zwiebeln							
	Gesamt		*426,00*	*21,40*	*18,30*	*21,50*		
	"Piccata alla Milanese" Putenschnitzel in Parmesanhülle	100	212,00	21,00	11,50	6,00	7,5	**1(W),3,7**
	mit Tomatensauce,	100	82,60	3,20	1,70	14,80		
	dazu Penne	200	320	13,2	3	63,6		**1(W)**
	und ein Tomatensalat	80	36,00	0,80	0,40	3,10		
	Gesamt		*650,60*	*38,20*	*16,60*	*87,50*		
	Wildgulasch in Sauce	200	204,00	27,40	5,30	7,90	3,5	**1(W)**,a
	dazu Prinzessbohnen	150	60,60	3,80	2,70	5,40		
	und Kartoffeln	200	140,00	4,00	0,20	28,40		
	Gesamt		*404,60*	*35,20*	*8,20*	*41,70*		
	Kichererbsen-Patty mit Cornflakespanade,	125	172,00	3,20	7,40	22,00	7,5	
	dazu Tomaten-Paprikagemüse	150	78	3,6	1,4	7,1		
	und Reis	200	262,00	5,60	0,80	62,00		
	Gesamt		*512,00*	*12,40*	*9,60*	*91,10*		

"Zeichenerklärung Zusatzstoffe und Hauptallergene: a =„mit Farbstoff", b =„mit Konservierungsstoff", c =„mit Antioxidationsmittel", d = mit Geschmacksverstärker", e =„geschwefelt", f = „geschwärzt", g =„gewachst", h=„mit Süßungsmittel(n)", i= bei Aspartam zusätzl. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle", j=„mit Phosphat", k=„coffeinhaltig", l=„chininhaltig", z =„mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)",**1**=glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus ((**W**)eizen, (**R**)oggen, (**H**)afer, (**K**)amut, (**D**)inkel, (**G**)erste, (**Hy**)bridstämme) , **2**=Krebstiere und Erzeugnisse daraus, **3**=Eier und Erzeugnisse daraus, **4**=Fische und Erzeugnisse daraus, **5**=Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, **6**=Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, **7**=Milch und Erzeugnisse daraus, **8**=Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus ((**M**)andel, (**H**)aselnuss, (**W**)alnuss, (**C**)ashnewnuss, (**P**)ecannuss, (**Pa**)ranuss, (**Pi**)stazie, (**Ma**)cadamia- oder Queenslandnüsse), **9**=Sellerie und Erzeugnisse daraus, **10**=Senf und Erzeugnisse daraus, **11**=Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, **12**=Schwefeldioxid und Sulfite, **13**=Lupinen und Erzeugnisse daraus, **14**=Weichtiere und Erzeugnisse daraus.Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,…)zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers."