

Speisekarte März

| | | Info Nährwert | | | | Symbole | | | | |
|------------|--------------|-----------------------------------|--------|-----------|----------|---------|-----|------------------|-----------------|-----------------------|
| | | 05. Mrz | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | SEITL Laktose | SEITL Gluten | Receita Go Natural |
| Montag | Suppe | Winterliche Gemüsesuppe | 37,35 | 1 | 2,06 | 3,86 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Hauptgericht | Kalbsfleischhamburger | 203,18 | 26,78 | 10,41 | 0,48 | | ✓ | | |
| | Beilage | Reis | 139,94 | 2,75 | 0,22 | 30,76 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Gemüse | Spinatpüree | 38,12 | 1,61 | 1,54 | 4,23 | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Hähnchensteak gegrillt | 146,35 | 32,72 | 1,63 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage Diät | Nudeln glutenfrei | 189,75 | 3,03 | 0,44 | 43,45 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Nachtisch | Apfel/Birne | 97,83 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | | 06. Mrz | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | SEITL Laktose | SEITL Gluten | Receita Go Natural |
| Dienstag | Suppe | Hühnersuppe | 74,5 | 5,45 | 2,04 | 8,45 | | ✓ | | |
| | Hauptgericht | Gemüsesalat mit Thunfisch | 394,54 | 23,85 | 21,42 | 24,11 | | | ✓ | |
| | Beilage | im Hauptgericht | 0 | 0 | 0 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Gemüse | Blattsalat | 1,79 | 0,27 | 0,03 | 0,12 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Diät | Seehecht im Dampf gegart | 87,76 | 15,12 | 3,04 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage Diät | Reis | 139,94 | 2,75 | 0,22 | 30,76 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Nachtisch | Yoghurt | 60 | 5,25 | 1,88 | 5,5 | ✓ | | ✓ | |
| | | 07. Mrz | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | SEITL Laktose | SEITL Gluten | Receita Go Natural |
| Mittwoch | Suppe | Blumenkohlsuppe mit Koriander | 53,08 | 4,15 | 1,42 | 5,14 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Hauptgericht | Hähnchenlasagne | 477,88 | 26,36 | 15,48 | 57,35 | | | ✓ | |
| | Beilage | im Hauptgericht | 0 | 0 | 0 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Gemüse | Karotten gerieben | 5,81 | 0,18 | 0 | 1,32 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Diät | Putensteak | 65,69 | 14,59 | 0,81 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage Diät | gekochte Kartoffeln | 115,88 | 3,25 | 0 | 24,96 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Nachtisch | Apfel/Birne | 97,83 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | | 08. Mrz | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | SEITL Laktose | SEITL Gluten | Receita Go Natural |
| Donnerstag | Suppe | Karottensuppe mit Koriander | 83,69 | 1,29 | 6,03 | 6,3 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Hauptgericht | Stockfisch im Ofen mit Kartoffeln | 179,62 | 18,8 | 6,37 | 11,01 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage | im Hauptgericht | 0 | 0 | 0 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Gemüse | gedünstete Erbsen | 87,95 | 3,07 | 6,01 | 5,16 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Diät | Barsch gekocht | 72,8 | 15,51 | 0,74 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage Diät | Reis | 139,94 | 2,75 | 0,22 | 30,76 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Nachtisch | Yoghurt | 60 | 5,25 | 1,88 | 5,5 | ✓ | | ✓ | |
| | | 09. Mrz | VE | Prot (gr) | Lip (gr) | HC (gr) | veg | SEITL Laktose | SEITL Gluten | Receita Go Natural |
| Freitag | Suppe | Kichererbsensuppe | 141,71 | 7,17 | 6,02 | 14,54 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| | Hauptgericht | Fuzilli tchessische Art | 456,19 | 19,17 | 20,44 | 49,65 | ✓ | | | ✓ |
| | Beilage | im Hauptgericht | 0 | 0 | 0 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Gemüse | Griechisches Gemüse | 26,99 | 0,71 | 2,06 | 1,42 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Diät | Hähnchenschenkel im Ofen | 351,14 | 75,25 | 5,49 | 0 | | ✓ | ✓ | |
| | Beilage Diät | Reisnudeln | 146,94 | 2,9 | 0,41 | 33,21 | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | Nachtisch | Apfel/Birne | 97,83 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | ✓ | ✓ | ✓ | |