

Speiseplan Mai

| | | | | Nährwerte | | | | Symbole | | | | |
|------------------|---------------------|-------------------------------|-----|-----------|-------|----------|----------|---------|-----|-------------|------------|-------------------|
| 23. Mai. | | | | Allergene | EW | Prot (g) | Fett (g) | KH (g) | veg | sem lactose | sem gluten | Rezept Go Natural |
| Montag | Suppe | Brunnenkressesuppe | | 35 | 1,52 | 2,09 | 2,64 | ✓ | | | ✓ | |
| | Hauptspeise | Penne mit Hähnchen und Tomate | 2 | 428 | 21,16 | 10,40 | 60,28 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage | in der Hauptspeise | | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | ✓ | | | |
| | Gemüse | Brokkoli | | 25 | 1,86 | 0,06 | 3,24 | | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Gegrillte Hähnchenbrust | | 146 | 32,72 | 1,63 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage Diät | Weißer Reis | | 140 | 2,75 | 0,22 | 30,76 | | ✓ | | ✓ | |
| | Vegetarisch | Eggmuffin | 3 7 | 144 | 9,64 | 9,96 | 3,03 | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| Nachtisch | Obst | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | | ✓ | | |

| 24. Mai. | | | | Allergene | EW | Prot (g) | Fett (g) | KH (g) | veg | sem lactose | sem gluten | Rezept Go Natural |
|------------------|---------------------|--------------------------|---------|-----------|-------|----------|----------|--------|-----|-------------|------------|-------------------|
| Dienstag | Suppe | Weißer Bohnen Suppe | | 97 | 5,82 | 2,31 | 12,90 | ✓ | | | ✓ | |
| | Hauptspeise | Stockfisch mit Sahnesoße | 1 2 5 7 | 227 | 15,14 | 9,72 | 19,38 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage | in der Hauptspeise | | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Gemüse | Grüner Salat | | 2 | 0,27 | 0,03 | 0,12 | | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Gedämpfter Seehecht | 5 | 88 | 15,12 | 3,04 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage Diät | Gekochte Kartoffeln | | 116 | 3,25 | 0,00 | 24,96 | | ✓ | | ✓ | |
| | Vegetarisch | Tschechische Fusilli | 1 2 | 455 | 19,13 | 20,43 | 49,51 | ✓ | | | ✓ | |
| Nachtisch | Obst | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | | ✓ | | |

| 25. Mai. | | | | Allergene | EW | Prot (g) | Fett (g) | KH (g) | veg | sem lactose | sem gluten | Rezept Go Natural |
|------------------|---------------------|--------------------|--------|-----------|-------|----------|----------|--------|-----|-------------|------------|-------------------|
| Mittwoch | Suppe | Brokkolisuppe | | 75 | 2,73 | 4,39 | 5,05 | ✓ | | | ✓ | |
| | Hauptspeise | Kalbfilethamburger | 2 10 7 | 220 | 17,09 | 14,12 | 5,87 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage | Kartoffelpüree | | 108 | 1,75 | 3,49 | 16,58 | | ✓ | | ✓ | |
| | Gemüse | Tomatensalat | | 5 | 0,20 | 0,08 | 0,88 | | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Putensteak | | 66 | 14,59 | 0,81 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage Diät | Glutenfreie Nudeln | | 190 | 3,03 | 0,44 | 43,45 | | ✓ | | ✓ | |
| | Vegetarisch | Pad Thai | 12 7 | 284 | 7,45 | 6,82 | 50,01 | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| Nachtisch | Obst | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | | ✓ | | |

| 26. Mai. | | | | Allergene | EW | Prot (g) | Fett (g) | KH (g) | veg | sem lactose | sem gluten | Rezept Go Natural |
|------------------|---------------------|---|-----|-----------|-------|----------|----------|--------|-----|-------------|------------|-------------------|
| Donnerstag | Suppe | Hühnersuppe | 2 | 60 | 4,36 | 1,63 | 6,76 | | ✓ | | | |
| | Hauptspeise | Spaghetti mit Lachs, Rucola und Tomatensoße | 2 5 | 592 | 21,13 | 22,70 | 73,06 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage | in der Hauptspeise | | 0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Gemüse | Grüner Salat und Mais | | 14 | 0,53 | 0,37 | 1,87 | | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Gekochter Barsch | 5 | 73 | 15,51 | 0,74 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage Diät | Gekochte Kartoffeln | | 116 | 3,25 | 0,00 | 24,96 | | ✓ | | ✓ | |
| | Vegetarisch | Vegetarische Paella | | 220 | 7,37 | 2,87 | 40,09 | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| Nachtisch | Obst | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | | ✓ | | |

| 27. Mai. | | | | Allergene | EW | Prot (g) | Fett (g) | KH (g) | veg | sem lactose | sem gluten | Rezept Go Natural |
|------------------|---------------------|-----------------------------------|-------|-----------|-------|----------|----------|--------|-----|-------------|------------|-------------------|
| Freitag | Suppe | Karottensuppe mit Koriander | | 67 | 1,04 | 4,82 | 5,08 | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| | Hauptspeise | Hähnchenschenkel | | 452 | 89,45 | 9,60 | 1,83 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage | Reis mit Karotten | | 173 | 3,26 | 1,61 | 35,42 | | ✓ | | ✓ | |
| | Gemüse | Geriebene Karotte | | 6 | 0,18 | 0,00 | 1,32 | | ✓ | | ✓ | |
| | Diät | Gebäckene Hähnchenschenkel | | 351 | 75,25 | 5,49 | 0,00 | | ✓ | | ✓ | |
| | Beilage Diät | Reisnudeln | | 147 | 2,90 | 0,41 | 33,21 | | ✓ | | ✓ | |
| | Vegetarisch | Lasagne mit Spinat und Frischkäse | 1 2 3 | 319 | 13,74 | 21,43 | 17,46 | ✓ | | | ✓ | |
| Nachtisch | Obst | | 98 | 0,34 | 0,86 | 23,05 | | ✓ | | ✓ | | |

Menü für Kindergarten und Grundschule

Die vegetarische und die Diät-Option sind täglich auf Bestellung verfügbar.

Die angegebenen Allergene beziehen sich auf:

1) Milch, 2) Gluten, 3) Ei, 4) Krustentiere, 5) Fisch, 6) Erdnüsse, 7) Soja, 8) Nüsse, 9) Sellerie, 10) Senf, 11) Sesam, 12) Schwefeldioxid und Sulfite, 13) Lupine, 14) Muscheln