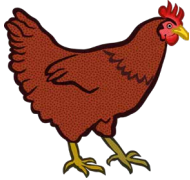


# Speisekarte

**KW 16**

13.4. bis 17.4.

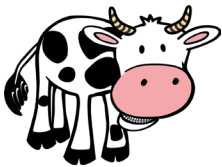
**Mo**



**Asiatische Nudel-pfanne**  
mit Karotten, Erbsen und gebratenen  
Hähnbrust-streifen <sup>a, a1, c</sup> mit Soja-soße <sup>f</sup>  
und ein Dessert <sup>g</sup>

KJ: 2.992,13 · kcal: 708 · F: 7,17 g · ges. FS: 2,49 g  
KH: 103,93 g · Zucker: 28,24 g · EW: 52,42 g · Salz: 3,58 g

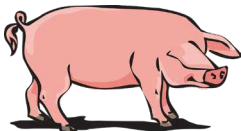
**Di**



**Chili con Carne <sup>g</sup>**  
mit Rind-fleisch, Dip <sup>g</sup>  
und Reis

KJ: 2.436 · kcal: 583 · F: 29,78 g · ges. FS: 15,49 g  
KH: 52,05 g · Zucker: 13,34 g · EW: 23,48 g · Salz: 3,81 g

**Mi**



**Kartoffel-Käse-Lauch-suppe <sup>g</sup>**  
mit Schweine-hack-fleisch  
dazu Baguette <sup>a, a1</sup>  
und ein Dessert <sup>g</sup>

KJ: 3277,37 · kcal: 782 · F: 35,1 g · ges. FS: 20,95 g  
KH: 76,48 g · Zucker: 20,06 g · EW: 35,92 g · Salz: 2,08 g

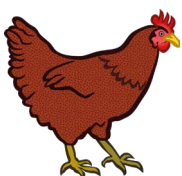
**Do**



**Gebackene Veggie-nuggets <sup>a, a4, f</sup>**  
dazu Ofen-kartoffel und frischer  
Kräuter-quark <sup>g</sup>

KJ: 2726,24 · kcal: 652 · F: 23,28 g · ges. FS: 4,18 g  
KH: 75,79 g · Zucker: 7,74 g · EW: 28,74 g · Salz: 3,32 g

**Fr**



**Puten-geschnetzeltes**  
in Rahm-soße mit Paprika <sup>a, a1, g</sup>  
und Reis  
dazu Apfel-Möhren-salat

KJ: 3.254,3 · kcal: 774 · F: 21,69 g · ges. FS: 12,55 g  
KH: 101,97 g · Zucker: 17,68 g · EW: 40,15 g · Salz: 2,03 g

# Speisekarte

für Vegetarier und Muslime

**KW 16**

13.4. bis 17.4.

**Mo**



Quorn-Gemüse-Geschnetzeltes<sup>a, a1, a4, c, f, g</sup>

und ein Dessert<sup>g</sup>

KJ: 3.014,43 · kcal: 715 · F: 9,6 g · ges. FS: 2,95 g  
KH: 107,9 g · Zucker: 30,13 g · EW: 41,79 g · Salz: 4,7 g

**Di**



Chili sin Carne<sup>a, a1, f, g, i</sup>  
mit Dip<sup>g</sup> und Reis

KJ: 2.133 · kcal: 512 · F: 32,14 g · ges. FS: 14,13 g  
KH: 45,33 g · Zucker: 9,74 g · EW: 9,04 g · Salz: 3,7 g

**Mi**



Kartoffel-Käse-Lauch-suppe<sup>a, a3, f, g, 1</sup>  
mit Veggie-hackfleisch, dazu  
Baguette<sup>a, a1</sup> und Salat  
mit Veggie-Knusper-ecke,  
und ein Dessert<sup>g</sup>

KJ: 3.001,37 · kcal: 716 · F: 25,9 g · ges. FS: 16,75 g  
KH: 85,05 g · Zucker: 20,167 g · EW: 30,82 g · Salz: 2,54 g

**Do**



Gebackene Veggie-nuggets<sup>a, a4, f</sup>  
dazu Ofen-kartoffel und frischer  
Kräuter-quark<sup>g</sup>

KJ: 2726,24 · kcal: 652 · F: 23,28 g · ges. FS: 4,18 g  
KH: 75,79 g · Zucker: 7,74 g · EW: 28,74 g · Salz: 3,32 g

**Fr**



Quorn-geschnetzeltes  
in Rahm-Soße<sup>a, a1, c, g</sup>, dazu Reis  
und Apfel-Möhren-Salat

KJ: 3.192,7 · kcal: 762 · Fett: 23,34 g · ges. FS: 13,43 g  
KH: 103,18 g · Zucker: 18,45 g · Eiweiß: 28,93 g · Salz: 2,47 g