



Speiseplan

27.03.2023 - 02.04.2023

Das DGE-Menü 2 und das DGE-Dessert entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

	Menü 1	DGE - Menü 2	Vegetarisch 3	Abendessen			
Mo	Pasta mit gebratenen Streifen aus der Rinderhüfte, Rataouille, Aubergine, Tomate, Zucchini Vollkorn-Spaghetti ^{a a1 g} kJ: 2940,61, kcal: 699, F: 15,64 g, ges. FS: 7,22 g, KH: 71,84 g, Zucker: 5,07 g, EW: 63,93 g, Salz: 1,27 g		Gemüsebolognese ^{a a1 f i} Vollkorn-Spaghetti ^{a a1 g} kJ: 1920,88, kcal: 455, F: 6,41 g, ges. FS: 1,63 g, KH: 79,07 g, Zucker: 9,71 g, EW: 14,91 g, Salz: 6,51 g	Brotauswahl ^{a a1 a2 a3} Rohkost Käseauswahl ^g Wurstauswahl ^{1 2 3 8} Obst nach Saison kJ: 2776,84, kcal: 665, F: 28,51 g, ges. FS: 14,05 g, KH: 62,25 g, Zucker: 18,08 g, EW: 36,41 g, Salz: 5,18 g			
Di	Hamburger ^{3 a a1 j} Pommes frites kJ: 6580,46, kcal: 1563, F: 63,44 g, ges. FS: 17,28 g, KH: 192,68 g, Zucker: 8,39 g, EW: 48,07 g, Salz: 5,19		Gemüseburger ^{a a1 a3 c g} Pommes frites kJ: 3857,46, kcal: 921, F: 48,78 g, ges. FS: 9,81 g, KH: 93,60 g, Zucker: 2,94 g, EW: 23,04 g, Salz: 4,98 g	Ofenschlupfer ^{a a1 c g} kJ: 2305,60, kcal: 550, F: 26,40 g, ges. FS: 11,88 g, KH: 63,80 g, Zucker: 28,60 g, EW: 11,66 g, Salz: 0,81 g			
Mi		Kabeljau mehliert ^{a a1 d g} Gemüsesoße Petersiliekartoffeln ^g kJ: 2475,25, kcal: 588, F: 25,86 g, ges. FS: 3,77 g, KH: 57,24 g, Zucker: 12,27 g, EW: 25,32 g, Salz: 4,92 g	Vegetarisch gefüllte Paprikaschote ³ Gemüsesoße Petersilienkartoffeln kJ: 1950,14, kcal: 467, F: 19,40 g, ges. FS: 16,21 g, KH: 49,00 g, Zucker: 16,17 g, EW: 18,35 g, Salz: 4,58 g	Abendbrot mit Hähnchenkeulchen ^{1 2 3 8 a a1 a2 a3 g} Nudelsalat ^{1 3 5 a a1 g l} kJ: 3890,13, kcal: 933, F: 43,83 g, ges. FS: 18,01 g, KH: 77,91 g, Zucker: 10,42 g, EW: 53,55 g, Salz: 5,33 g			
Do	Puten Cordon Bleu ^{1 2 3 a a1 g} Bratkartoffeln Karottengemüse ^g kJ: 2625,36, kcal: 625, F: 25,09 g, ges. FS: 5,44 g, KH: 52,98 g, Zucker: 5,84 g, EW: 44,12 g, Salz: 4,15 g		Gemüsebratling mit Lauch und Erbsen ^{a a1 a4 c} Bratkartoffeln Karottengemüse ^g kJ: 1583,28, kcal: 377, F: 11,04 g, ges. FS: 1,88 g, KH: 55,41 g, Zucker: 6,29 g, EW: 9,67 g, Salz: 2,50 g	Eierpfannkuchen natur ^{a a1 c g} kJ: 1431,00, kcal: 340, F: 8,46 g, ges. FS: 2,52 g, KH: 51,12 g, Zucker: 15,30 g, EW: 12,78 g, Salz: 1,08 g			
Fr	Gnocchi ^{a a1 c} Putensteak Gorgonzolasoße ^{g i} kJ: 2813,93, kcal: 671, F: 26,83 g, ges. FS: 8,29 g, KH: 59,91 g, Zucker: 6,10 g, EW: 44,73 g, Salz: 5,23 g		Gnocchi ^{a a1 c} Gorgonzolasoße ^{g i} kJ: 2111,09, kcal: 504, F: 22,13 g, ges. FS: 7,38 g, KH: 59,65 g, Zucker: 5,85 g, EW: 13,89 g, Salz: 3,73 g				

zu allen Menüs reichen wir verschiedene Salate und vom Buffet

Änderung vorbehalten

1=mit Farbstoff/en, 2=konserviert, 3=mit Antioxidationsmittel, 5=geschwefelt, 8=mit Phosphat/en, a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, c=Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g=Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l=Schwefeldioxid und Sulphite > 10 mg/kg oder 10mg/l