

Speiseplan April



Datum	Menü 1 nach DGE Richtlinien	Fleischalternative zu Menü 1	Menü 2 ovo-lacto-vegetarisch	Gemüse/ Obst/ Dessert für alle Menülinien *
Montag, 17.04.2023	Kartoffelcremesuppe mit Gemüse und Frischkäse (Kartoffel(BIO), Möhren(BIO), Porree(BIO)) (L, M, SL, 5 g KH), dazu Schwarzwart mit Sonnenblumenkernen und Leinsaat(BIO) (GL, RG, 30 g KH) 50%		Gemüse-Vollkorn Couscous(BIO) mit Karotten(BIO), Mais(BIO), Bohnen(BIO), Erbsen(BIO) und Paprika(BIO) (GL, WZ, 25 g KH), dazu eine Joghurt-Kräuter-Soße (L, M, 4 g KH) 50%	Käsewürfel(BIO), Tomate(BIO), Gurke(BIO), Karotte(BIO) (L, M, 3 g KH)
Dienstag, 18.04.2023	Hühnerfrikassee mit Karotten(BIO) und Erbsen(BIO) (G, L, M, 4 g KH), dazu Vollkornreis-Fairtrade(BIO) (36 g KH) 60%		Nudeln mit Karotten, Mais und Erbsen(BIO) (GL, WZ, 17 g KH), dazu eine Tomaten-Basilikum-Soße (Tomate(BIO)) (8 g KH) 40%	Gurke(BIO), Tomate(BIO), Paprika(BIO), Möhre(BIO) (4 g KH)
Mittwoch, 19.04.2023	Vorsuppe „Tomaten-Creme“ (L, M, 2 g KH), Milchnudeln(Nudeln(BIO)) (GL, L, M, WZ, 21 g KH) mit Apfelmarmelade (3, 12 g KH) 100%		Tortellinj-Auflauf mit Kirschtomaten und frischem Schnittlauch (Tortellini(BIO)) (GL, L, M, SL, WZ, 27 g KH)	Gurke, Möhre, Kohlrabi (4 g KH), Joghurt(BIO) mit Erdbeeren (L, M, 30 g KH)
Donnerstag, 20.04.2023	Ungarisches Kesselgulasch mit Rindfleisch (Kartoffel(BIO), Rindfleisch(BIO), Tomate, Paprika) (5 g KH), dazu Dinkelvollkornbrot "Kleiner Martin" (BIO) (GL, DK, RG, 35 g KH) 50%		Kartoffelgnocchi(BIO) (Ei, GL, WZ, 42 g KH) mit Käserahmsoße (Käse(BIO)) (L, M, 4 g KH) und Blattspinat 50%	Möhre, Kohlrabi, Radieschen (4 g KH), frische Pflaumen (20 g KH)
Freitag, 21.04.2023	Seelachsfilet in Krosspanade (F, GL, WZ, 12 g KH) mit Remoulade (Ei, L, M, SE, 7 g KH) und Kartoffel(BIO) (15 g KH) 50%		Schnittlauchquark mit Butter (L, M, 5 g KH) und Kartoffeln(BIO) (15 g KH) 50%	Hausgemachter Gurkensalat mit Dill (4 g KH), Tomate, Gurke (4 g KH)
Montag, 24.04.2023	Gemüseintopf mit Kartoffeln(BIO), Blumenkohl(BIO), Lauch(BIO) und Karotten(BIO) (L, M, 4 g KH), dazu Windmühlenbrot(BIO) (GL, DK, RG, 48 g KH) 20%		Kräuterspätzle(BIO) (Ei, GL, WZ, 63 g KH) mit Pilzrahmsoße (Champignons(BIO)) (L, M, 3 g KH) 80%	Käsewürfel(BIO), Tomate(BIO), Gurke(BIO), Karotte(BIO) (L, M, 3 g KH), Apfel(BIO) (14 g KH)
Dienstag, 25.04.2023	Hähnchenschnitzel paniert (G, GL, WZ, 1 g KH) auf Geflügelsoße (G, SL, 2 g KH) mit Karottenscheiben und jungen Erbsen (Karotten(BIO), Erbsen(BIO)) (5 g KH) und Kartoffeln(BIO) (15 g KH) 100%		Spirelli(BIO) (GL, WZ, 69 g KH) mit Gemüse-Bolognese (Tomate(BIO), Zwiebeln(BIO), Porree(BIO), Sellerie(BIO), Möhren(BIO)) (5, 6 g KH) und Reibekäse(BIO) (M, 3 g KH)	Chinakohlsalat mit Apfel und Karotte (Kohl(BIO), Karotte(BIO)) (L, M, 3), Tomate(BIO), Gurke(BIO) (2 g KH)
Mittwoch, 26.04.2023	Italienische Gemüsesuppe mit Vollkornreis-Fairtrade(BIO), Porree, Möhren und Tomaten (13 g KH), dazu Roggenvollkornbrot(BIO) (GL, RG, 39 g KH) 30%		Falafel Bällchen (GL, SL, WZ, 27 g KH) mit Kräuter-Quarkdip (L, M, 5 g KH), dazu Vollkorn-Couscous(BIO) mit Gemüse (Tomate, Aubergine, Zucchini, Zwiebel, Paprika) 70%	Gurke, Möhre, Kohlrabi (4 g KH), Joghurt(BIO) „Stracciatella“ (L, M, SL, 12 g KH)
Donnerstag, 27.04.2023	Putengulasch (Pute(BIO)) (G, 4 g KH) mit Kartoffelpüree (Kartoffeln(BIO)) (L, M, 12 g KH) 70%		Kichererbsencurry (Kichererbsen, Karotten, Porree, Sellerie, Kürbis) (SL, 7 g KH) mit Fairtrade-Reis(BIO) (26 g KH) 30%	Gurke, Tomate, Paprika, Möhre (5 g KH), Kiwi(BIO) (9 g KH)
Freitag, 28.04.2023	Wildlachs in Zitronenrahmsoße mit Gemüse (Karotte(BIO), Porree(BIO)) (Ei, F, L, M, 3 g KH), dazu Vollkornreis-Fairtrade(BIO) (36 g KH) 40%		Gemüse-Nudelauflauf (Vollkornnudeln(BIO), Broccoli(BIO), Karotten(BIO), Mais(BIO), Käse(BIO)) mit Sonnenblumenkernen (GL, L, M, WZ, 17 g KH) 60%	Möhre(BIO), Kohlrabi(BIO), Radieschen(BIO) (4 g KH), Quark mit Kirschen (Quark(BIO), Milch(BIO)) (L, M, 9 g KH)

enthält Schweinefleisch
Alle Nährwertangaben beziehen sich auf 100g
Kennzeichnung von Farbstoffen:
(1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) Schwefeldioxid und Sulfite; (6) geschwärtzt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat;
(9) mit Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (A) Aromen; (C) Betacarotin; (CH) Chinin; (E) Eier; (EM) Emulgator; (EN) Erdnüsse; (DK) Dinkel; (F) mit Fisch; (G) mit Geflügel;
(S) mit Schwein; (SE) Soja; (SJ) Soja; (SS) Sesamsamen; (W) Weichtiere; (WZ) Weizen; (Z) zerkleinert; (*) kann Spuren von Nüssen, Schalenfrüchten oder Erdnüssen enthalten.



BIO 07-000-04 - Lebensmittel & Kosmetika sind grün argumentiert
*keine allergen verträglich

enthält Geflügel
enthält Fisch
enthält Rindfleisch
enthält Schweinefleisch
enthält Nüsse/Schalenfrüchte, (R) mit Rind, (RG) Roggen,