

# Speiseplan Schulen

Speiseplan vom 23.01.2023 bis 29.01.2023, 4. Kalenderwoche

Datum	Montag 23.1.2023	Dienstag 24.1.2023	Mittwoch 25.1.2023	Donnerstag 26.1.2023	Freitag 27.1.2023
<b>B)Menü 2 ohne Schweinefleisch</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Butter-Reis</b> 415,5 kcal 1752,3 kJ 4,2 BE 30,9 g 9,7 g 50,4 g	<b>Indonesische Reispfanne Nasi Goreng Art</b> 584 kcal 2444 kJ 5,6 BE 24,5 g 23,6 g 67,8 g	<b>Deftige Gulaschsuppe mit Rindfleisch</b> 361,9 kcal 1519,1 kJ 1,3 BE 32,3 g 19,2 g 15,3 g	<b>Saftiges Putenschnitzel mit Pommes frites und Salat</b> 827,9 kcal 3473,4 kJ 4,5 BE 37,8 g 41,8 g 72,9 g	<b>Rindfleischfrikadelle mit Bratenjus dazu Brechbohnen und Salzkartoffeln</b> 424,2 kcal 1771,6 kJ 3,5 BE 32,3 g 11 g 43,5 g
Zusatzstoffe	1, g, j	0,00 € f, j, a, a1	0,00 € f, i, j, a	0,00 € 1, 3, 5, c, g, j, l, a, a1	0,00 € 1, 2, 4, c, f, i, j, a, a1
Portionsmenge					
<b>C)Vegetarisch</b>	<b>2 Quarkkeulchen mit Kischquark</b> 674 kcal 2815,4 kJ 5,6 BE 24,9 g 33 g 67,5 g	<b>Vegetarisches Grünkohlgemüse</b> 402,5 kcal 1675,4 kJ 2 BE 15,8 g 25,9 g 24,9 g	<b>Milchnudeln mit Pflaumenkompott</b> 566,3 kcal 2389,4 kJ 5,5 BE 19,6 g 23,1 g 69,1 g	<b>Tortellinauflauf mit würzigem Ratatouille Gemüse</b> 593,4 kcal 2496 kJ 5 BE 16,5 g 39,5 g 41,7 g	<b>Gebackener Camembert dazu Preiselbeeren mit kleinem Salat und Baguette</b> 728,7 kcal 3052,3 kJ 1,4 BE 16,5 g 60,4 g 16,8 g
Zusatzstoffe	c, g, a, a1	0,00 € 1, 4, j, a, a1	0,00 € 1, i, a, a1	0,00 € g, a, a1	0,00 € 1, 3, 5, c, g, j, l, a, a1
Portionsmenge					
<b>Dessert</b>	<b>Erdbeer Joghurt im Becher</b> 64 kcal 269 kJ 0,4 BE 3,1 g 3,5 g 4,6 g	<b>Apfelmus</b> 59,4 kcal 249,3 kJ 1,1 BE 0,2 g 0,3 g 13,7 g	<b>Banane</b> 17100 kcal 71640 kJ 320,4 BE 207 g 32,4 g 3850,2 g	<b>Joghurt</b> 47,5 kcal 198,8 kJ 0,4 BE 5,4 g 0,1 g 5,3 g	<b>Frisches Obst</b> 52 kcal 217 kJ 1 BE 0,3 g 0,4 g 11,4 g
Zusatzstoffe	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €
<b>T)Glutenfreies</b>	<b>Gluten</b>	<b>Gluten</b>	<b>Gluten</b>	<b>Gluten</b>	<b>Gluten</b>
Zusatzstoffe	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €	0,00 €

**Legende der Inhaltsstoffe**

- Energie (Kilokalorien)
- Energie (Kilojoule)
- Proteinheiten
- Eiweiß (Protein)
- Fett
- Kohlenhydrate, resorbierbare

**Legende der Zusatzstoffe und Allergene**

- 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - mit Süßungsmittel, 6 - mit Phosphat, 7 - gewachst, 8 - geschwärzt, 9 - geschwefelt, 10 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 11 - coffeinhaltig, 12 - chininhaltig, b - enth. Krebstiere, c - enth. Ei, d - enth. Fisch, e - enth. Erdnüsse, f - enth. Soja (gen-tech-frei), g - enth. Milch einschl. Laktose, h - enth. Schalenfrüchte, i - enth. Sellerie, j - enth. Senf, k - enth. Sesam, l - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, n - enth. Weichtiere, m - enth. Lupinen, a - enth. Gluten, a1 - enth. Weizen, a2 - enth. Roggen, a3 - enth. Gerste, a4 - enth. Hafer, a5 - enth. Haselnuss, a6 - enth. Kamut, a7 - enth. Macadamianuss, a8 - enth. Mandeln, a9 - enth. Paranuss, a10 - enth. Pekannuss, a11 - enth. Pistazie

Trotz größtmöglicher Sorgfalt bei der frischen Herstellung unserer Lebensmittel und deren Kennzeichnung der Allergene im Speiseplan die wir durch die Industrie erhalten, können Spuren von Allergenen Zutaten in all unseren Speisen nicht ausgeschlossen werden!

**Komponenten vom Speiseplan können auf Grund höherer Gewalt abweichen !**