

# Speiseplan Schulen

Speiseplan vom 07.10.2024 bis 13.10.2024, 41. Kalenderwoche



Datum	Montag 7.10.2024	Dienstag 8.10.2024	Mittwoch 9.10.2024	Donnerstag 10.10.2024	Freitag 11.10.2024
<b>B)Menü 2 ohne Schweinefleisch</b>	<b>Vegetarische Minestrone</b> 235,8 kcal 988,7 kJ 2,4 BE 14 g 6,8 g 28,9 g	<b>Rindfleischlasagne mit hausgemachtem Krautsalat</b> 1055 kcal 4400,9 kJ 2,2 BE 23,6 g 84,2 g 50,3 g	<b>Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch und Tafelbrötchen</b> 381,2 kcal 1596,5 kJ 3,7 BE 22,9 g 11,4 g 45 g	<b>Knusperbackfisch mit Remouladensauce, Kartoffeln und einem Salat</b> 1221,2 kcal 5109,5 kJ 3,7 BE 41,4 g 98,7 g 43,2 g	<b>Cevapcici vom Rind, mit Reis und einer Paprikarahmsauce</b> 620,4 kcal 2607,4 kJ 4,3 BE 47,2 g 25,1 g 50,9 g
Zusatzstoffe	1, 4, a, c, i, j	0,00 € 1, 2, a, c, f, g, i, j, 10	0,00 € 1, 4, a, j	0,00 € 1, 3, 5, a, c, d, g, j, l	0,00 € 1, a, c, f, g, i, j
Portionsmenge					
<b>C)Vegetarisch</b>	<b>Vegetarische Hirtenpfanne mit Reismudeln und Weißkäse</b> 3736,4 kcal 15630,9 kJ 2,6 BE 375,7 g 234,2 g 31,9 g	<b>Spinatlasagne mit Krautsalat</b> 1608 kcal 6721 kJ 0,4 BE 112,7 g 125,2 g 8,1 g	<b>"Mac 'n Cheese", Nudeln mit Käsesauce und Gurkensalat</b> 507,8 kcal 2125,6 kJ 5,5 BE 16,4 g 17,7 g 72,9 g	<b>Graupenrisotto mit Spinat und Kichererbsen</b> 229,2 kcal 959,1 kJ 2,8 BE 9,9 g 5,4 g 34 g	<b>Zwei Gemüseschnitzel auf einem Kartoffel Sellerie Stampf</b> 788,2 kcal 3290,5 kJ 2,1 BE 61,3 g 48,4 g 25,8 g
Zusatzstoffe	a, g	0,00 € 1, 2, a, c, f, g, j, 10	0,00 € 1, 3, a, c, f, g, j, l	0,00 € 2, a, c, g	0,00 € 1, a, c, g, i
Portionsmenge					
<b>Dessert</b>	<b>Vanillequark</b> 56,3 kcal 236,3 kJ 0,2 BE 10,1 g 0,2 g 3 g	<b>Griesdessert</b> 73 kcal 306 kJ 1 BE 2,4 g 1,9 g 11,5 g	<b>Karamellpudding aus eigener Herstellung</b> 109,1 kcal 458,8 kJ 1,7 BE 3,4 g 1,7 g 19,8 g	<b>Caramellpudding</b> 373,8 kcal 1566,3 kJ 3,2 BE 9,9 g 20 g 38,5 g	<b>Holunderquark aus eigener Herstellung</b> 155,2 kcal 648,8 kJ 0,8 BE 7,1 g 9,8 g 9,2 g
Zusatzstoffe	1, g	0,00 € a, g	0,00 € g	0,00 € g	0,00 € 3, 5, g
<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, - enth. eine Phenylalaninquelle(Aspartam), 6 - mit Phosphat, 7 - gewachst, 8 - geschwärzt, 9 - geschwefelt, - mit Schwein oder tier. Fett, - z. T. fein zerkleinertes Fleisch, a - enth. Gluten, 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, 10 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, - unter Schutzatmosphäre verpackt, - mit Milcheiweiß, 11 - koffeinhaltig, - mit Geflügelfleischanteil, 12 - chininhaltig, n - enth. Weichtiere, - auf der Grundlage von Tafelsüße, - mit Alkohol, - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, - gentechnisch verändert, m - enth. Lupinen, - mit erhöhtem Tauringehalt, - mit Stärke oder Pflanzenstärke, - mit Jodsalz, - Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen, - mit Nitritpökelsalz, - mit Eiklar, - mit kakaohaltiger Fettglasur, - mit Knoblauch, - Rindfleisch, - Geflügel, - andere Fleischsorte, - Fisch, - aus Fleischstücken zusammengefügt, - aus Fischstücken zusammengefügt, - enth. Glutamat, - enth. Koriander, - enth. Karotte, - enth. Gemüse, - enth. Hühnchenfleisch, - enth. Mais, - unter Verwendung von Sahne, - enth. Molkenweiß, - mit Milchpulver, - enth. Pflanzeneiweiß, - unter Verwendung von Milch, - enth. Weizen, a1 - enth. Roggen, a2 - enth. Gerste, a3 - enth. Hafer, a4 - enth. Dinkel, a5 - enth. Kamut, a6 - enth. Mandeln, a7 - enth. Haselnuss, a8 - enth. Walnuss, a9 - enth. Cashewnuss, a10 - enth. Pekannuss, a11 - enth. Paranuss, a12 - enth. Pistazie, a13 - enth. Macadamianuss, - mit Sauerstoff unter Hochdruck farbstabilisiert, - enth. Süßholz, - Enth. Süßholz. Bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr vermieden werden., - Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen., - mit zugesetzten Pflanzensterinen, - aufgetaut, - enth. Zutatenersatz, - enth. zugesetzte Eiweiße, - zugesetztes Wasser > 5%, - Wursthülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - Enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.

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 !**