

Wo	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.09. bis 06.09.2019	<b>A</b>	<b>Brokkoliröschen in Käsesoße</b> mit Bio-Nudeln, dazu Birne (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1704 kJ, 407 kcal	<b>Buntes Pfannengemüse</b> (Möhren, Erbsen, Mais) mit Couscous und Petersiliensoße, dazu Banane (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1641 kJ, 392 kcal	<b>Bunte Zucchini-Paprika-Kartoffel-Suppe</b> , dazu Vollkornbrot und Mandarinenjoghurt (aw, uw, nr, as, am, bc) Energie pro Portion: 1041 kJ, 248 kcal	<b>Bunte Nudeln</b> (Röhrennudeln Tricolore) mit Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Gurkensalat (aw, uw) Energie pro Portion: 1994 kJ, 475 kcal	<b>Vegetarischer Möhreintopf</b> mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (Sellerie, Porree, Möhren), dazu Bio-Vollkornbrot und Schokopudding (aw, uw, nr, av, am) Energie pro Portion: 1498 kJ, 357 kcal
	<b>B (DGE)</b>	<b>Gekochte Eier in Senfsoße</b> und Salzkartoffeln, dazu Karottensalat und Pflaume (aw, uw, ae, am, bm) Energie pro Portion: 1760 kJ, 420 kcal	<b>Rindergeschnetzeltes</b> mit Paprika, Kohlrabi und Spätzle, dazu Banane (aw, uw, ae, am, R) Energie pro Portion: 2264 kJ, 542 kcal	<b>Gemüsebolognese</b> (Tomate, Sellerie, Möhren) mit Bio-Vollkornnudeln und Reibekäse, dazu Weißkrautsalat (aw, uw, am, bc) Energie pro Portion: 2049 kJ, 490 kcal	<b>Schweinerückenbraten</b> in Bratensoße mit Bio-Mischgemüse (Erbsen, Möhren) und Salzkartoffeln, dazu Birnenquark (S.R.3, aw, uw, am, bm, bc, S, R) Energie pro Portion: 1994 kJ, 475 kcal	<b>Gedünstetes Alaska Seehechtfilet</b> in Petersiliencremesoße mit Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und Bio-Parboiled Reis, dazu Energie pro Portion: 2401 kJ, 573 kcal
	<b>C</b>	<b>Kartoffelkessulgulasch</b> (Kartoffeln, Paprika, Tomaten), dazu Malzkornbrötchen und Birne (aw, uw, nr, gb, as, ay, am, as) Energie pro Portion: 1485 kJ, 355 kcal	<b>Bratklopse (Schwein) in Tomatensoße</b> mit Bio-Erbsen-Mais-Gemüse und Parboiled Reis, dazu Banane (aw, uw, ae, bc, S) Energie pro Portion: 2576 kJ, 615 kcal	<b>Panierter Blumenkohl-Käse-Stern</b> auf Salzkartoffeln und Kräutersoße, dazu Mandarinenjoghurt (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1633 kJ, 389 kcal	<b>Geschmortes Putenfleisch-Gyros</b> mit Zwiebeln, Paprika und Rosmarinkartoffeln, dazu Apfel (aw, uw, G) Energie pro Portion: 1689 kJ, 402 kcal	<b>Asia-Gemüse-Teller</b> (Möhren, Bohnen, Sprossen) mit Bio-Parboiled Reis, dazu Pflaume (aw, uw, am, bc) Energie pro Portion: 1438 kJ, 343 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
09.09. bis 13.09.2019	<b>A</b>	<b>Vegetarischer Pichelsteiner Eintopf</b> mit Wurzelgemüse (Sellerie, Möhren, Porree), dazu Bio-Vollkornbrot und Puddingcreme Vanilleschmack (aw, nr, am, bc) Energie pro Portion: 1311 kJ, 313 kcal	<b>Schupnudelpfanne</b> (Kartoffelnudeln, Wirsingkohl, Möhren, Erbsen) mit Schnittlauchsoße, dazu Karotten-Apfel-Salat (3, aw, uw, ae, am, au) Energie pro Portion: 1286 kJ, 308 kcal	<b>Vegetarischer Käse-Lauch-Eintopf</b> , dazu Laugenbrötchen und Birne (aw, uw, am) Energie pro Portion: 2305 kJ, 550 kcal	<b>Gedünsteter Kohlrabi in Petersiliensoße</b> und Salzkartoffeln, dazu Naturjoghurt mit Honig (aw, bc, am) Energie pro Portion: 1183 kJ, 282 kcal	<b>Orientalischer Kichererbseneintopf</b> mit Zucchini, Paprika, Porree und Curry, dazu Bio-Vollkornbrot und Kirschioghurt (aw, nr, am) Energie pro Portion: 1919 kJ, 458 kcal
	<b>B (DGE)</b>	<b>Gebratenes Möhrenschnitzel</b> auf Kaisergemüse (Möhren, Blumenkohl, Brokkoli) mit Petersiliensoße und Kartoffelbrei, dazu Kiwi (aw, uw, as, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1678 kJ, 400 kcal	<b>Gedünstete Hähnchenbrust</b> in Geflügelsoße mit Erbsengemüse und Bio-Parboiled Reis, dazu Apfel (aw, uw, am, G) Energie pro Portion: 1893 kJ, 452 kcal	<b>Milchreis</b> mit Beerenfruchtssoße (Brombeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren), dazu Bio-Brokkolicremesuppe (Vorsuppe) und Karottensticks (aw, uw, am, bc) Energie pro Portion: 2131 kJ, 509 kcal	<b>Wurstgulasch vom Schwein</b> mit Tomaten, Zwiebeln und Bio-Spirelli (Nudeln), dazu Weißkraut-Paprika-Mais-Salat (3, 7, aw, uw, bm, bc, 15, S, R) Energie pro Portion: 1794 kJ, 429 kcal	<b>Wildlachswürfel in Spreewälder Gemüse</b> (Porree, Sellerie, Möhren) mit Vollkornreis, dazu Kirschioghurt (3, aw, uw, af, am, bc, au, F) Energie pro Portion: 1839 kJ, 439 kcal
	<b>C</b>	<b>Panierter Weichkäse</b> auf Bio-Spaghetti (Nudeln) mit Paprikasoße, dazu Kiwi (aw, uw, nr, gb, am) Energie pro Portion: 2552 kJ, 610 kcal	<b>Gebratenes Schweinerückensteak</b> in Tomatensoße "Napoli" mit Gemüse Couscous (Erbsen, Möhren und Paprika), dazu Karotten-Apfel-Salat (3, aw, uw, S) Energie pro Portion: 1986 kJ, 474 kcal	<b>Gebackener Vollkorn-Gemüse Burger</b> mit buntem Kartoffelsalat und Tzatziki Dip, dazu Birne (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 2087 kJ, 499 kcal	"Moussaka" - <b>Kartoffelaufauf</b> mit Aubergine, Zwiebeln, Paprika, Hackfleisch (Rind), mit Goudakäse überbacken und Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Naturjoghurt mit Energie pro Portion: 1839 kJ, 438 kcal	<b>Bio-Gemischte Spaghetti (Vollkorn, Hartweizen)</b> mit fruchtiger Tomatensoße und Reibekäse, dazu Kirschioghurt (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1920 kJ, 459 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
16.09. bis 20.09.2019	<b>A</b>	<b>Chili sin Carne</b> mit Weizenebly, dazu Kaiserbrötchen und Kiwi (aw, uw, gb) Energie pro Portion: 2416 kJ, 577 kcal	<b>Geschmorte Bohnenpfanne</b> (rote, grüne, weiße Bohnen) und Bio-Parboiled-Reis, dazu Birne (aw, uw, bc) Energie pro Portion: 1622 kJ, 387 kcal	<b>Schwabische Gemüsemaultaschen</b> (Spinat, Zwiebeln) auf Tomaten-Zucchini-Zwiebel-Gemüse und Goudareibekäse, dazu Gurkensalat (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1907 kJ, 452 kcal	<b>Bunter Kräuterquark</b> (Paprika, Radieschen) mit Salzkartoffeln, dazu Kirschkompott (am, au) Energie pro Portion: 1600 kJ, 381 kcal	<b>Vegetarischer grüne Erbseneintopf</b> mit Kartoffeln und Möhren, dazu Bio-Vollkornbrot und Pudding Vanilleschmack (aw, nr, am, bc) Energie pro Portion: 1766 kJ, 421 kcal
	<b>B (DGE)</b>	<b>Bunte Nudeln</b> mit Bärlauchsoße, dazu Bohnensalat (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1992 kJ, 476 kcal	<b>Gulasch vom Schwein</b> (Paprika, Zwiebeln) mit Bio-Vollkornnudeln, dazu Karotten-Apfel-Salat (3, aw, uw, S) Energie pro Portion: 1826 kJ, 436 kcal	<b>Rührei mit Bio-Spinat</b> und Kartoffelbrei, dazu Banane (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1623 kJ, 388 kcal	<b>Frikadelle vom Schwein</b> auf Paprika-Zucchini-Gemüse mit Bio-Parboiled Reis, dazu Kirschkompott (aw, uw, ae, S, R) Energie pro Portion: 2184 kJ, 512 kcal	<b>Gebratenes Alaska Seelachsfilet</b> in Petersiliensoße mit Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und Salzkartoffeln, dazu Pudding Vanilleschmack (aw, uw, nr, am, bc) Energie pro Portion: 1746 kJ, 417 kcal
	<b>C</b>	<b>Brokkoli-Nuss-Ecke</b> auf Bio-Möhrengemüse in holländischer Soße mit Kartoffelbrei und Tomatensalat (aw, uw, ae, am, an, sh, bc) Energie pro Portion: 1740 kJ, 414 kcal	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Erbsen/Möhren und Bio-Parboiled Reis, dazu Karotten-Apfel-Salat (3, aw, uw, am, bc, G) Energie pro Portion: 1745 kJ, 417 kcal	<b>Backfischfilet aus MSC Alaska Seelachs</b> mit Honig-Senf-Soße und Petersilienkartoffeln, dazu Gurkensalat (aw, uw, ae, af, am, bm, F) Energie pro Portion: 1765 kJ, 420 kcal	<b>Makkaronipfanne (Nudeln)</b> mit Hühnerfleisch (Möhren, Zucchini, Tomate) und Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Kirschkompott (aw, uw, G) Energie pro Portion: 1390 kJ, 332 kcal	<b>Farfalle (Nudeln)</b> mit Käsesoße, dazu bunter Blattsalat mit Joghurt-Dressing (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1776 kJ, 424 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
23.09. bis 27.09.2019	<b>A</b>	<b>Blumenkohl, Brokkoli und Möhren in holländischer Soße</b> mit Petersilienkartoffeln, dazu Apfel (aw, uw, gb, ae, av, am, bm, bc) Energie pro Portion: 1314 kJ, 313 kcal	<b>Makkaroni</b> (Nudeln) mit geriebenem Mozzarella und Gemüsesoße (Brokkoli, Blumenkohl, Möhren), dazu Wassermelone (aw, uw, am) Energie pro Portion: 1932 kJ, 461 kcal	<b>Frühlingsgemüseintopf</b> (Karotten, Erbsen, Kohlrabi), dazu Vollkornbrot und Ananaskompott (aw, uw, nr, as) Energie pro Portion: 1438 kJ, 343 kcal	<b>Mediterrane Nudelpfanne</b> mit Paprika, Zwiebeln und Tomaten auf fruchtiger Tomatensoße, dazu Karottensalat (aw, uw) Energie pro Portion: 1360 kJ, 325 kcal	<b>Vegetarischer Bio-Kohlrabi-Möhren-Eintopf</b> mit Kartoffeln, dazu Malzkornbrötchen und Kiwi (V, aw, uw, nr, gb, as, av, am) Energie pro Portion: 1288 kJ, 309 kcal
	<b>B (DGE)</b>	<b>Gebratener Mais-Lauch-Rösti</b> auf Kohlrabigemüse mit hausgemachtem Kartoffelbrei, dazu Apfel (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1581 kJ, 378 kcal	<b>Putengulasch</b> mit Bio-Erbsen-Möhren-Gemüse und Vollkornreis, dazu Zitronenquark (aw, uw, am, G) Energie pro Portion: 2585 kJ, 617 kcal	<b>Hefeklöße</b> mit Heidelbeerssoße, dazu Bio-Möhrencremesuppe (Vorsuppe) und Gurkensticks (aw, uw, ae, am, bc) Energie pro Portion: 2058 kJ, 491 kcal	<b>Erbsensuppe "Berliner Art"</b> mit Gellügelwiener, Porree, Möhren und Sellerie, dazu Bio-Vollkornbrot und Karottensalat (3, aw, nr, bc, 2, 15, G) Energie pro Portion: 2633 kJ, 629 kcal	<b>Heringsstipp in Joghurtcreme</b> mit Apfel, Zwiebeln, Paprika und Petersilienkartoffeln, dazu Karottenrohkost und Kiwi (3, af, am, bm, F) Energie pro Portion: 1597 kJ, 381 kcal
	<b>C</b>	<b>Italienische Gemüsesuppe</b> (Möhren, Porree, Knollensellerie) mit Nudeln, dazu Malzkornbrötchen und Apfel (aw, uw, nr, gb, as, ae, av, am, bc) Energie pro Portion: 2011 kJ, 482 kcal	<b>Kasslerückenbraten</b> in Bratensoße mit Sauerkraut und Salzkartoffeln, dazu Wassermelone (3, aw, uw, am, bm, 15, S, R) Energie pro Portion: 1979 kJ, 472 kcal	<b>Gebratenes Alaska-Seelachsfilet</b> auf Brokkoli-Möhren-Gemüse, Petersiliensoße und hausgemachtem Kartoffelbrei, dazu Ananaskompott (aw, uw, af, am, F) Energie pro Portion: 1487 kJ, 355 kcal	<b>Gebratene Jagdwurst in fruchtiger Tomatensoße</b> und Bio-Spirelli (Nudeln), dazu Karottensalat (2,3, 7, aw, uw, ae, am, bm, bc, 15, S) Energie pro Portion: 2402 kJ, 574 kcal	<b>Paniertes Gemüseschnitzel</b> auf Balkangemüse mit Petersiliensoße und Petersilienkartoffeln, dazu Kiwi (aw, uw, as, ae, am, bc) Energie pro Portion: 1788 kJ, 427 kcal
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					
30.09.2019	<b>A</b>	<b>Vegetarischer Linseneintopf</b> (Kartoffeln, Möhren, Sellerie) mit Kaiserbrötchen und Wassermelone (aw, uw, gb, bc, V) Energie pro Portion: 1860 kJ, 444 kcal				
	<b>B (DGE)</b>	<b>Vegetarische Kochklopse in Kapernsoße</b> mit Bio-Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln, dazu Wassermelone (aw, uw, ae, av, am, bm, bc) Energie pro Portion: 1632 kJ, 389 kcal				
	<b>C</b>	<b>Rucola-Süßkartoffel-Schnitte</b> mit Bio-Spinat und Kartoffelbrei, dazu Zitronenquark (aw, uw, gb, am, bc) Energie pro Portion: 2189 kJ, 522 kcal				
	<b>Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminschäber könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.</b>					