



Speiseplan

für die 36. Kalenderwoche



Gedruckt am: 17.06.2026 08:26:30



Fleisch



Veggie

Mo 31.08.2026	Di 01.09.2026	Mi 02.09.2026	Do 03.09.2026	Fr 04.09.2026
Szegediner Gulasch (Schwein) mit Sauerkraut und Butterkartoffeln Energie: 471.69 kcal / 1976.26 kJ, Fett: 22.59 g, Kohlenhydrate: 40.38 g, Eiweiss: 24.25 g	Spaghetti "Carbonara" in Putenschinken-Sahnesauce, Ofen-Zucchini (a,a4,g,i, 2, 3, 8,a1) Energie: 641.8 kcal / 2697.02 kJ, Fett: 19.75 g, Kohlenhydrate: 89.74 g, Eiweiss: 23.04 g	Bratwurst (Schwein) mit Butterkarotten, Kartoffelpüree und Zwiebelsauce (i,j, 3, 8,g) Energie: 547.11 kcal / 2270.79 kJ, Fett: 34.07 g, Kohlenhydrate: 37.26 g, Eiweiss: 18.78 g	Hähnchen in Balsamico-Orangensauce mit Kaiserschoten, Karotten, Fenchel, dazu Basmatireis (g,i,j,l, 3, 5) Energie: 540.68 kcal / 2276.65 kJ, Fett: 9.94 g, Kohlenhydrate: 81.65 g, Eiweiss: 28.25 g	Milchreis mit Apfelmus und Zimt-Zucker (g, 3) Energie: 477.83 kcal / 2021.18 kJ, Fett: 3.51 g, Kohlenhydrate: 99.5 g, Eiweiss: 10.22 g
Asian Veggie Curry, Mienudeln (f,a,a1,c) Energie: 602.59 kcal / 2508.09 kJ, Fett: 23.06 g, Kohlenhydrate: 78.31 g, Eiweiss: 16.45 g	Klassisches Ratatouille mit Thymian und Rosmarin, dazu geröstete Kartoffeln Energie: 373.89 kcal / 1563.02 kJ, Fett: 11.92 g, Kohlenhydrate: 54.54 g, Eiweiss: 8.12 g	Marokkanisches Gemüse mit Ingwer und Kreuzkümmel, dazu Kurkuma Hirse Energie: 433.47 kcal / 1825.3 kJ, Fett: 8.5 g, Kohlenhydrate: 72.45 g, Eiweiss: 12.92 g	Ebly-Risotto mit Artischockenherzen, Gemüsegrün und Gouda (a,a1,g,i, 3) Energie: 387.84 kcal / 1617.47 kJ, Fett: 20.17 g, Kohlenhydrate: 33.82 g, Eiweiss: 15.2 g	Penne, Tomatensauce, Gouda gerieben, (a,a1,g) Energie: 490.39 kcal / 2069.74 kJ, Fett: 8.14 g, Kohlenhydrate: 82.5 g, Eiweiss: 18.4 g

