

Montag 23.06.



Salzkartoffeln
Panierte Fischstäbchen
aus Alaska-Seelachs (aus
nachhaltiger Fischwirt-
schaft)

Rahmspinat

Nährwertangaben pro Portion
1712,0kJ/408,0kcal, Fett 17,1g, gesättigte Fettsäuren
2,3g, Kohlenhydrate 44,4g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe
4,7g, Eiweiß 15,7g, Salz 2,96g

Dienstag 24.06.



Vegetarische Linsensup-
pe

Nährwertangaben pro Portion
780,0kJ/185,0kcal, Fett 5,0g, gesättigte Fettsäuren
0,5g, Kohlenhydrate 25,5g, Zucker 2,5g, Ballaststoffe
3,8g, Eiweiß 7,5g, Salz 1,88g

Mittwoch 25.06.



Hühnerfrikassee "Früh-
lings Art"

Langkornreis

Geflügelbrühwürstchen

Veggie-Frikassee "Früh-
lings Art" Geschnetzeltes
(auf Erbsen- und Weizenbasis)
in heller Gemüsesoße mit
Erbsen Möhren und
Champignons

mini milk Mix- Stieleis

Nährwertangaben pro Portion
1950,0kJ/464,0kcal, Fett 16,8g, gesättigte Fettsäuren
4,9g, Kohlenhydrate 52,4g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe
3,1g, Eiweiß 23,9g, Salz 2,71g

Donnerstag 26.06.



Couscous (BIO)

Helle Cremesoße vegan

Erbsen

Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion
2178,0kJ/513,0kcal, Fett 8,7g, gesättigte Fettsäuren
1,2g, Kohlenhydrate 89,7g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe
9,3g, Eiweiß 15,1g, Salz 1,92g

Freitag 27.06.

Überraschung

Montag 30.06.



Kartoffelspalten mit Schale
Geflügelbrühwürstchen
Romanesco "naturell"

Nährwertangaben pro Portion
1449,0kJ/349,0kcal, Fett 20,0g, gesättigte Fettsäuren 2,3g, Kohlenhydrate 26,5g, Zucker 2,0g, Ballaststoffe 4,7g, Eiweiß 12,1g, Salz 2,75g

Dienstag 01.07.



Spiralnudeln
Käsesoße "Carbonara Art"
Gurken

Spiralnudeln glutenfrei
Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen

Helle Cremesoße vegan

Nährwertangaben pro Portion
3572,0kJ/847,0kcal, Fett 22,0g, gesättigte Fettsäuren 8,1g, Kohlenhydrate 134,3g, Zucker 6,0g, Ballaststoffe 6,2g, Eiweiß 24,5g, Salz 3,37g

Mittwoch 02.07.



Feinschmecker Reibekuchen
Apfelmark
Salzkartoffeln
Buntes Gemüse "naturell"

Nährwertangaben pro Portion
2740,0kJ/655,0kcal, Fett 27,5g, gesättigte Fettsäuren 2,8g, Kohlenhydrate 84,8g, Zucker 16,9g, Ballaststoffe 10,6g, Eiweiß 11,0g, Salz 3,79g

Donnerstag 03.07.



Tomatencremesuppe
Brötchen
Vegetarische Linsensuppe

Nährwertangaben pro Portion
1549,0kJ/367,0kcal, Fett 10,4g, gesättigte Fettsäuren 2,4g, Kohlenhydrate 52,9g, Zucker 7,2g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 12,2g, Salz 3,62g

Freitag 04.07.

Überraschung

Montag 07.07.



Röstkartoffeln
Panierte Fischstäbchen aus
Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger
Fischwirtschaft)
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1652,0kJ/394,0kcal, Fett 16,7g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 43,8g, Zucker 1,0g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 14,8g,
Salz 2,02g

Dienstag 08.07.



Kartoffelsuppe mit Wurst "Sächsische Art"
Brötchen

Nährwertangaben pro Portion
1339,0kJ/318,0kcal, Fett 13,8g, gesättigte Fettsäuren 5,9g,
Kohlenhydrate 34,6g, Zucker 5,1g, Ballaststoffe 3,2g, Eiweiß 12,0g,
Salz 2,76g

Mittwoch 09.07.



Langkornreis
Erbsen
Bratensoße

Nährwertangaben pro Portion
1305,0kJ/309,0kcal, Fett 6,1g, gesättigte Fettsäuren 1,6g,
Kohlenhydrate 51,8g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 8,9g,
Salz 2,08g

Donnerstag 10.07.



Power Flower Pasta
Gabelspaghetti mit Gemüse und
Edamer in einer Blütenform
Mini-Karotten-Ecke mit
Karottenpanade
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1386,0kJ/331,0kcal, Fett 14,4g, gesättigte Fettsäuren 3,0g,
Kohlenhydrate 40,2g, Zucker 2,7g, Ballaststoffe 5,1g, Eiweiß 7,4g,
Salz 1,68g