

Speiseplan vom 16.03.2026 bis 22.03.2026 - 12. Kalenderwoche

Tag	Essen auf Rädern I	Essen auf Rädern II
Montag 16.03.2026	Rinderhackbällchen in Tomatensauce mit Mais und Spirellinudeln, ^{a,a1,c,j} Tagesdessert ^g	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesauce, ^{a,a1,c,g} Tagesdessert ^g
Nährwerte	1970 kJ, 471 kcal, 19,9g Fett, 6,1g ges. FS, 43,2g KH, 19,6g Zucker, 29,7g Eiweiß, 4,98g Salz	2431 kJ, 576 kcal, 9,64g Fett, 5,48g ges. FS, 105,4g KH, 37,3g Zucker, 14,32g Eiweiß, 1,44g Salz
Dienstag 17.03.2026	Schweinegulasch, ^{1,a,a1,l} Kartoffelpüree, ^g Erbsen-Möhrengemüse, ^g Tagesdessert ^g	Gemüsefrikadelle, ^{a,a2,c,i} Kartoffelpüree, ^g Erbsen-Möhrengemüse, ^g Tagesdessert ^g
Nährwerte	2513 kJ, 600 kcal, 24,67g Fett, 11,03g ges. FS, 46,59g KH, 21,29g Zucker, 41,41g Eiweiß, 0,70g Salz	1908 kJ, 455 kcal, 16,34g Fett, 7,55g ges. FS, 61,14g KH, 18,36g Zucker, 15,18g Eiweiß, 0,60g Salz
Mittwoch 18.03.2026	Kartoffelgnocchi, ^g Wirsing-Hackpfanne, ^l Tagesdessert ^g	Kartoffelgnocchi, ^g Gemüsebolognese, ^{a,a1,f,i} Blattsalat, Tagesdessert ^g
Nährwerte	3626 kJ, 859 kcal, 15,74g Fett, 4,99g ges. FS, 152,42g KH, 30,82g Zucker, 20,41g Eiweiß, 6,36g Salz	4205 kJ, 998 kcal, 25,77g Fett, 10,92g ges. FS, 167,06g KH, 32,64g Zucker, 17,30g Eiweiß, 11,37g Salz
Donnerstag 19.03.2026	Fleischkäse, ^{2,3,8} Bratkartoffeln, Miso-Coleslaw, ^{2,a,a1,f,k,l} Tagesdessert ^g	Vegetarischer Gemüseauflauf, ^{c,g,i} Kräuter-Tomatensoße, ⁱ Bunter Salat, Tagesdessert ^g
Nährwerte	3031 kJ, 729 kcal, 44,15g Fett, 15,16g ges. FS, 52,07g KH, 23,43g Zucker, 25,24g Eiweiß, 4,60g Salz	2372 kJ, 568 kcal, 26,92g Fett, 11,57g ges. FS, 55,55g KH, 29,15g Zucker, 23,20g Eiweiß, 4,92g Salz
Freitag 20.03.2026	Seelachsfilet gedünstet, ^d Kräutersoße, ^{1,a,a1,g,i} Butterkartoffeln, Gurkensalat mit Essig-Öl-Dressing, ^{3,5,l} Tagesdessert ^g	Schwäbische Gemüse-Maultaschen mit Röstzwiebeln und Salat, ^{a,a1} Tagesdessert ^g
Nährwerte	1860 kJ, 446 kcal, 13,97g Fett, 6,07g ges. FS, 41,06g KH, 14,24g Zucker, 36,49g Eiweiß, 0,27g Salz	2203 kJ, 527 kcal, 17,94g Fett, 7,47g ges. FS, 69,2g KH, 17,29g Zucker, 17,52g Eiweiß, 3,78g Salz
Samstag 21.03.2026	Gulaschsuppe, Tagesdessert ^g	Vegetarische Kartoffelsuppe, ^{g,i} Tagesdessert ^g
Nährwerte	694 kJ, 165 kcal, 6,19g Fett, 2,30g ges. FS, 17,39g KH, 11,88g Zucker, 9,74g Eiweiß, 0,31g Salz	661 kJ, 157 kcal, 1,86g Fett, 0,97g ges. FS, 29,12g KH, 11,44g Zucker, 5,28g Eiweiß, 1,8g Salz
Sonntag 22.03.2026	Cordon Bleu mit Kartoffeln und Kohlrabi, ^{2,3,8,a,a1,g} Tagesdessert ^g	Vegetarisches Cordon Bleu, ^{a,a1} Salzkartoffeln, Kohlrabigemüse, ^g Tagesdessert ^g
Nährwerte	2361 kJ, 560 kcal, 19,45g Fett, 5,9g ges. FS, 56,9g KH, 13,69g Zucker, 36,98g Eiweiß, 3,11g Salz	2507 kJ, 601 kcal, 27,63g Fett, 6,50g ges. FS, 63,33g KH, 11,73g Zucker, 20,78g Eiweiß, 1,55g Salz

1 = mit Farbstoff/en, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a2 = Roggen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k = Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten