

Speiseplan vom 31.10.2022 bis 06.11.2022, 44. Kalenderwoche



Montag, 31. Oktober 2022	Dienstag, 1. November 2022	Mittwoch, 2. November 2022	Donnerstag, 3. November 2022	Freitag, 4. November 2022
--------------------------	----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------

MITTAGESSEN VEGETARISCH

1555,2 kJ 68 g (KH) 6,2 g (Ft) 8,8 g (EW) 2411,3 kJ 46,9 g (KH) 29,5 g (Ft) 21 g (EW)

Arabischer Linseneintopf
Vollkorn-Brot^G

Vegetarische Bratwurst^{G,Ei,So}
Bayrisch Kraut^{G,Mz,M}
Kartoffeln

Mhalabia - orientalischer Pudding^{Mz,M} Pflaume

MITTAGESSEN VOLLWERT

2574,9 kJ 105,9 g (KH) 9,3 g (Ft) 20,4 g (EW) 2376,6 kJ 69,5 g (KH) 23,7 g (Ft) 16 g (EW) 2192,1 kJ 65,3 g (KH) 18,2 g (Ft) 23,5 g (EW) 2256,6 kJ 73,6 g (KH) 15,5 g (Ft) 22,1 g (EW) 1774,9 kJ 49,7 g (KH) 14,5 g (Ft) 21,7 g (EW)

Vollkorn-Spirelli ^G	Kartoffeltaschen (mit Frischkäse) ^{Mz,M}	gebratenes Seelachsfilet in Maispanade ^{G,Mz,Fi,Sf}	Hühnerbruststreifen in Zitronensoße ^{G,Mz,M}	vegetarische Klopse ^{G,Ei,So,Sl}
Bolognese vegetarisch mit roten Linsen ^{G,So}	fruchtige Currysoße ^{G,Mz,M}	Petersiliensoße ^{G,Mz,M}	Möhrengemüse ^{Mz,M}	Gurken in Dillsoße ^{G,Mz,M}
	Brokkoli ^{Mz,M}	Zartweizen ^G	Vollkornreis	Kartoffelstampf ^{Mz,M}
Banane	Hirsedessert mit Heidelbeeren ^{Mz,M}	Gurkensalat	Weißkohlsalat	Sanddorn-Orangen Quark ^{Mz,M}

Salatbuffet

täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation
regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl

Legende der Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärtzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle
Legende der Allergene: G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen: M - mit Milcheiweiß



Fisch



Rindfleisch



Geflügel



Lamm



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.
 Mehr Informationen gibt es unter: www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.
 Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

Speiseplan vom 07.11.2022 bis 13.11.2022, 45. Kalenderwoche



Montag, 7. November 2022	Dienstag, 8. November 2022	Mittwoch, 9. November 2022	Donnerstag, 10. November 2022	Freitag, 11. November 2022
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
1708,2 kJ 66,1 g (KH) 7,9 g (Ft) 15,3 g (EW) 2304 kJ 89 g (KH) 12,6 g (Ft) 15,4 g (EW)				

		Weißer Bohnen-Curry Topf ^{Mz,M} Mehrkornbrötchen ^G	Vollkornnudeln ^G Rahmchampignons ^{G,Mz,M} Topping: Schnittlauch	
		Apfeljoghurt mit Kürbiskernen ^{3,Mz,M}	Banane	

MITTAGESSEN VOLLWERT																			
1977,2 kJ	82,2 g (KH)	5,4 g (Ft)	17,4 g (EW)	2333,2 kJ	71,2 g (KH)	13 g (Ft)	23,1 g (EW)	1796,1 kJ	41,6 g (KH)	18,9 g (Ft)	21,2 g (EW)	1576,8 kJ	1285,3 g (KH)	8,5 g (Ft)	24,8 g (EW)	1999 kJ	74,5 g (KH)	13,4 g (Ft)	11,5 g (EW)

Erbsensuppe ^{Sl}	Eierragout ^{G,Ei,Mz,Sf,M}		Rinder-Boulette ^{Ei,So,Sf}	Seelachsragout	zweierlei Möhren ^{Mz,M}
Vollkornbrot ^G	mit Erbsen ^{Mz,M}		Bratensoße ^{G,Sf}	in Tomaten-Basilikumsauce ^{G,Mz,Fi,M}	Käsesoße ^{G,Mz,M}
Maisgrießbrei ^{Mz,M}	Vollkornreis		Kartoffeln 	Bulgur ^G 	Vollkornnudeln ^G
					Topping: Petersilie 
Pflaumenkompott	Honigmelone		Tomatensalat	Zucchinirohkost	Birne

Salatbuffet

täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation
regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl

Legende der Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylaninquelle
Legende der Allergene: G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen: M - mit Milcheiweiß



Fisch



Rindfleisch



Geflügel



Lamm



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.
 Mehr Informationen gibt es unter: www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.
 Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

Speiseplan vom 14.11.2022 bis 22.11.2023, 46. Kalenderwoche

Montag, 14. November 2022 Dienstag, 15. November 2022 Mittwoch, 16. November 2022 Donnerstag, 17. November 2022 Freitag, 18. November 2022

MITTAGESSEN VEGETARISCH



1560,3 kJ 43,1 g (KH) 12 g (Ft) 20,9 g (EW) 1515,4 kJ 55 g (KH) 7 g (Ft) 14,6 g (EW) 738,7 kJ 959,7 g (KH) 3,3 g (Ft) 5 g (EW)

Möhren-Kartoffelspalten Kichererbseneintopf ^{SI}
Tofuquark ^{So} Vollkorn-Brot ^G

Honigmelone Joghurt mit Himbeeren ^{Mz,M} Apfel

MITTAGESSEN VOLLWERT

2129,2 kJ 85,2 g (KH) 11,5 g (Ft) 14,1 g (EW) 1560,9 kJ 44,7 g (KH) 7,9 g (Ft) 28,1 g (EW) 2434,8 kJ 76,8 g (KH) 20,3 g (Ft) 20,8 g (EW) 1622,2 kJ 53 g (KH) 14,6 g (Ft) 12,9 g (EW)

gefüllte Paprikaschote mit Puten-Hack ^{G,Ei} Kräuterquark ^{Mz,M} Knusper-Seelachs mit Spinatfüllung ^{G,Mz,Fi,M} Sommergemüseintopf mit Hirse
Tomatensoße ^{G,Mz,M} Kartoffeln ^{Fi} Currysoße ^{G,Mz,M} Mehrkornbrötchen ^G
Vollkorn-Reis  Zartweizen ^G 

Birne Gurkensalat Möhrenrohkost Vanillepudding ^{Mz,M}

Salatbuffet

täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation

regionale Obstauswahl regionale Obstauswahl regionale Obstauswahl regionale Obstauswahl regionale Obstauswahl

Legende der Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylaninquelle
Legende der Allergene: G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, SI - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen: M - mit Milcheiweiß



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.
Mehr Informationen gibt es unter: www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!
Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.
Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

Speiseplan vom 21.11.2022 bis 27.11.2022, 47. Kalenderwoche



Montag, 21. November 2022	Dienstag, 22. November 2022	Mittwoch, 23. November 2022	Donnerstag, 24. November 2022	Freitag, 25. November 2022
MITTAGESSEN VEGETARISCH				

1535,6 kJ	56,6 g (KH)	9 g (Ft)	11,8 g (EW)	2298,6 kJ	74,3 g (KH)	19,7 g (Ft)	13,7 g (EW)
Bunter Vollkornnudelauflauf ^{G, Ei, Mz, M}				Kürbis-Chiasamen-Taler			
				Tomatensoße ^G			
				marokanischer CousCous ^G			

Rotkohlrohkost Banane

MITTAGESSEN VOLLWERT

2168,7 kJ	88,8 g (KH)	9,8 g (Ft)	15,5 g (EW)	1579,4 kJ	37,2 g (KH)	18,3 g (Ft)	14,5 g (EW)	2444,3 kJ	83,6 g (KH)	17,4 g (Ft)	19,5 g (EW)	1823 kJ	42,7 g (KH)	18,2 g (Ft)	23,9 g (EW)
Tomatencremesüppchen ^{G, Mz, M}				gekochtes Ei ^{Ei}				Vollkorn-Spirellis ^G				Hähnchenkeule			
Vollkornbrot ^G				in milder Senfsoße ^{G, Mz, Sf, M}				Brokkoli ^{Mz, M}				Paprikasoße ^{G, Mz, M}			
Süßer Couscous ^{G, Mz, M}				Kartoffelstampf ^{Mz, M}				Frischkäsesoße ^{G, Mz, M}				Kartoffeln			



Beerenkompott Gurkensalat Birne Rotkohlrohkost

Salatbuffet

täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation
regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl

Legende der Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärtzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle
Legende der Allergene: G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen: M - mit Milcheiweiß



Fisch



Rindfleisch



Geflügel



Lamm



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.
 Mehr Informationen gibt es unter: www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.
 Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)


Speiseplan vom 28.11.2022 bis 04.12.2022, 48. Kalenderwoche

Montag, 28. November 2022 Dienstag, 29. November 2022 Mittwoch, 30. November 2022 Donnerstag, 1. Dezember 2022 Freitag, 2. Dezember 2022

MITTAGESSEN VEGETARISCH

1501,8 kJ	65 g (KH)	5,2 g (Ft)	9,6 g (EW)	1983,3 kJ	72,4 g (KH)	13,8 g (Ft)	13,9 g (EW)	2597,8 kJ	72,2 g (KH)	26 g (Ft)	21,9 g (EW)	1189,8 kJ	31,7 g (KH)	11,8 g (Ft)	13,1 g (EW)
Brokkolicremesuppe ^{G,Mz,M} Vollkorn-Brot ^G Kartoffelpuffer mit Apfelkompott ³				Gemüsestrudel ^{G,Ei,Mz,Sl} Bärlauchsoße ^{G,Mz,M} Hirsedessert mit Birnen ^{Mz,M}				Grillkäse ^{Mz,M} Paprikasoße ^{G,Mz,M} Vollkornreis Schokopudding ^{Mz,M}				Romanesco-Kürbiskern-Kartoffel-Gratin ^{G,Ei,Mz,M} Bauernsalat			

MITTAGESSEN VOLLWERT

2537,5 kJ	79,7 g (KH)	15 g (Ft)	21 g (EW)	2086 kJ	44,5 g (KH)	25,3 g (Ft)	21,1 g (EW)	1777,5 kJ	73,5 g (KH)	4,4 g (Ft)	18,9 g (EW)				
Vollkornnudeln ^G Gorgonzolasoße ^{G,Mz,M} Erbsen ^{Mz,M}				Geflügelbratwurst ^{Sl} Braune Soße ^{G,Sf} Kartoffeln 				Roter-Linsen-Gemüse-Eintopf ^{Sl} Vollkorn-Brötchen ^G				Schokopudding ^{Mz,M}			

Salatbuffet

täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation
regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl	regionale Obstauswahl

Legende der Zusatzstoffe: 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylanquelle
Legende der Allergene: G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen: M - mit Milcheiweiß



Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.
 Mehr Informationen gibt es unter: www.loewenzahn-catering.de/de/regional-kalender

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!
 Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen; weiterhin bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan & Butter.
 Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)