

# SPEISEPLAN 18.04.–06.05.2022



Clever  
isst  
gesund

Vollwertküche  
für Kita und Schule

KW 16 18.04.–22.04.2022

Montag, 18. April 2022	Dienstag, 19. April 2022	Mittwoch, 20. April 2022	Donnerstag, 21. April 2022	Freitag, 22. April 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
2448 (kJ) 81,9 g (KH) 13,9 g (Ft) 28 g (EW)	2581 (kJ) 63,5 g (KH) 30,7 g (Ft) 18 g (EW)	2195 (kJ) 62,6 g (KH) 22,1 g (Ft) 13,7 g (EW)	1624 (kJ) 37 g (KH) 11,5 g (Ft) 10,3 g (EW)	
Vollkornpenne G Brokkoli-Pfanne mit Räuchertofu So Kräutersoße G	Reis-Linsen-Kürbis- Möhreneintopf Vollkornbrot G	Vegane Bratwurst So, SI Bratkartoffeln Sauerkraut Tomatensoße G	Möhrengemüse Currysoße G, So Kartoffeln in Rosmarinöl	
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
1711 (kJ) 36,2 g (KH) 22,2 g (Ft) 14,4 g (EW)	2213 (kJ) 32,3 g (KH) 26 g (Ft) 40,1 g (EW)	2161 (kJ) 73 g (KH) 14,7 g (Ft) 22 g (EW)	2093 (kJ) 79,3 g (KH) 7,9 g (Ft) 21,5 g (EW)	
Kartoffelrösti Apfel-Kürbisgemüse Mz, M Kräuterquark Mz, M	Hähnchenkeule Paprikasugo G, Mz, M Pikante Kartoffelspalten	Spaghetti Tomaten-Basilikum-Chutney G und Mozzarella Mz	Pikanter Gelbe Erbsen-Eintopf mit Falafelbällchen G Vollkornbrot G	
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherytomaten</li> <li>Bohnsensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Couscous-Salat</li> <li>Kuhmilchkäse in Rosmarinöl</li> <li>Blumenkohl mit Kurkuma</li> <li>Radieschen, Spitzpaprika</li> <li>Fenchel-Orange-Dill-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Baby-Blattspinat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango-Curry</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	



Ostermontag



KW 17 25.04.–29.04.2022

Montag, 25. April 2022	Dienstag, 26. April 2022	Mittwoch, 27. April 2022	Donnerstag, 28. April 2022	Freitag, 29. April 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
1498 (kJ) 58,5 g (KH) 9,1 g (Ft) 6,2 g (EW)	3034 (kJ) 92 g (KH) 24,6 g (Ft) 32,1 g (EW)	797 (kJ) 30 g (KH) 3,3 g (Ft) 6,9 g (EW)	2024 (kJ) 86 g (KH) 7,5 g (Ft) 14,2 g (EW)	3593 (kJ) 97,6 g (KH) 28,8 g (Ft) 49,2 g (EW)
Zitronen-Kokos-Sugo (Nori-Alge) G Mediterrane Galettini Polenta G	Schwarze Bohnen-Gemüseragout Soja-Schnittlauch-Dip So Reis Topping: Sesam Se	Kartoffelauflauf mit Kürbiskernen G	Gnocchi G Gemüsepfanne (Sellerie, Möhren, Pastinaken) SI Rucola & Pesto Rosso N, Sw, M	Gyros So Soja-Tzatziki So Reisnudeln G
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
2166 (kJ) 76,2 g (KH) 14,1 g (Ft) 19,3 g (EW)	2806 (kJ) 82,9 g (KH) 24,1 g (Ft) 29,4 g (EW)	1500 (kJ) 36,8 g (KH) 12,1 g (Ft) 23,7 g (EW)	1397,7 (kJ) 50,7 g (KH) 10,4 g (Ft) 5,8 g (EW)	1482 (kJ) 41,6 g (KH) 14,5 g (Ft) 13,4 g (EW)
Spaghetti G Käse-Lauch-Soße G, Mz, M Parmesan 1, 2, Mz	Rinderbraten SI Dillsoße G, Mz, M Böhmische Knödel G, Ei Topping: Petersilie	Paniertes Schollenfilet FI Tomatensoße G, Mz, M Stampfkartoffeln Mz, M Topping: Schnittlauch	Süßkartoffel-Kokos-Chutney G Risi-Bisi (Reis mit Erbsen)	Kartoffeleintopf SI Geflügelwieners 2, 3, SI Vollkornbrot G
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherytomaten</li> <li>Bohnsensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Couscous-Salat</li> <li>Kuhmilchkäse in Rosmarinöl</li> <li>Blumenkohl mit Kurkuma</li> <li>Radieschen, Spitzpaprika</li> <li>Fenchel-Orange-Dill-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Baby-Blattspinat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango-Curry</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Italienischer Nudelsalat</li> <li>Geröstete Kartoffeln mit Majoran</li> <li>Ofen-Brokkoli</li> <li>Retlich, Cherytomaten</li> <li>Roter &amp; weißer Rohkostsalat</li> <li>Blattsalat: Romanasalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Caesar</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>

- G Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
- Gw Weizen
- Gr Roggen
- Gg Gerste
- Gh Hafer
- Gd Dinkel
- Gk Kamut
- K Krebstiere
- Ei Eier (Hühnerei)
- Fi Fisch
- En Erdnüsse
- So Soja
- M Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß)
- Mz Milchzucker, Laktose
- N Schalenfrüchte
- Nm Mandel
- Nh Haselnuss
- Nw Walnuss
- Nc Cashew
- Npe Pecannuss
- Npa Paranuss
- Npi Pistazie
- Nmc Macadamianuss
- SI Sellerie
- Sf Senf
- Se Sesamsamen
- Sw Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l
- Lu Lupinen
- W Weichtiere
- 1 mit Farbstoff
- 2 konserviert
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 4 mit Geschmacksverstärker
- 5 geschwefelt
- 6 geschwärzt
- 7 gewachst
- 8 mit Phosphat
- 9 mit Süßungsmitteln
- (+) mit Gelatine
- (\*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!
- 🍷 Alle gekennzeichneten Komponenten wie z. B. Milch, Quark, Joghurt, Kartoffeln sind aus regionalem und ökologischem Anbau.
- (kJ) Energie
- (KH) Kohlenhydrate
- (Ft) Fett
- (EW) Eiweiß

KW 18 02.05.–06.05.2022

Montag, 2. Mai 2022	Dienstag, 3. Mai 2022	Mittwoch, 4. Mai 2022	Donnerstag, 5. Mai 2022	Freitag, 6. Mai 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch 🍷 Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
2030 (kJ) 68,4 g (KH) 12,2 g (Ft) 21,8 g (EW)	2249 (kJ) 71,3 g (KH) 9,4 g (Ft) 33,9 g (EW)	2068 (kJ) 91,1 g (KH) 7,5 g (Ft) 11,1 g (EW)	3392 (kJ) 121 g (KH) 19,1 g (Ft) 31,4 g (EW)	2338 (kJ) 88,4 g (KH) 14,5 g (Ft) 15,8 g (EW)
Chili con Tofu So Fladenbrot G, Se	Soja-Tomaten-Geschnetzeltes So Sauerkraut (mit gelben Erbsen) Kartoffeln	Spinatgemüse Pfanne G Mango-Currytopping Vollkornreis	Vollkornpenne G mit Grünkernragout G Tzatziki So	Falafelbällchen G Avocado-Dip 3, So Tomatenreis
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
2167 (kJ) 85,1 g (KH) 8 g (Ft) 22,8 g (EW)	986 (kJ) 42,5 g (KH) 2,7 g (Ft) 7,3 g (EW)	1947 (kJ) 32,5 g (KH) 19,1 g (Ft) 39,9 g (EW)	2427 (kJ) 88,5 g (KH) 14,9 g (Ft) 20 g (EW)	1436 (kJ) 61,6 g (KH) 4,6 g (Ft) 11,8 g (EW)
Spaghetti G mit vegetarischer Bolognese G, So	Grüne Bohnen-Eintopf Mz, SI, M Vollkornbrot G	Burgerfleisch Ratatouille-Gemüse Stampfkartoffeln Mz, M	Seelachsfilet in Reispop-Panade FI Brokkoli Mz, M Tomatenreis & Pesto	Möhren-Lauch-Gemüse Mz, M Paprikatopping G, Mz, M Zartweizen G
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherytomaten</li> <li>Bohnsensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Couscous-Salat</li> <li>Kuhmilchkäse in Rosmarinöl</li> <li>Blumenkohl mit Kurkuma</li> <li>Radieschen, Spitzpaprika</li> <li>Fenchel-Orange-Dill-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Baby-Blattspinat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango-Curry</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Italienischer Nudelsalat</li> <li>Geröstete Kartoffeln mit Majoran</li> <li>Ofen-Brokkoli</li> <li>Retlich, Cherytomaten</li> <li>Roter &amp; weißer Rohkostsalat</li> <li>Blattsalat: Romanasalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Caesar</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>



# SPEISEPLAN KLAX BERUFSAKADEMIE

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

DE-ÖKO-070

Die Löwenzahn Dienstleistungs GmbH ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015





# SPEISEPLAN 09.05.–27.05.2022



Clever  
isst  
gesund

Vollwertküche  
für Kita und Schule

KW 19 09.05.–13.05.2022

Montag, 9. Mai 2022	Dienstag, 10. Mai 2022	Mittwoch, 11. Mai 2022	Donnerstag, 12. Mai 2022	Freitag, 13. Mai 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
2790,4 (kJ) 79,1g (KH) 28g (Ft) 19,9g (EW)	1560,3 (kJ) 43,1g (KH) 12,0g (Ft) 20,9g (EW)	1956,4 (kJ) 77,8g (KH) 7,3g (Ft) 18,9g (EW)	4351 (kJ) 142,1g (KH) 30,9g (Ft) 44,8g (EW)	1154 (kJ) 50,8g (KH) 2,2g (Ft) 11,7g (EW)
Vollkornnudeln G Rotes Mandelpesto G, Nm, Lu Brokkoli	Kartoffelspalten mit Tofuquark So Zucchini-Sticks	Gratinierte Brokkoli-Tofu- Pfanne So mit Vollkornreis und Tomatenchutney G	Grüner Buchweizen- Pfannkuchen (Nori) G, Mz, M Rote Bete-Dip So	Weißer Bohnen-Eintopf (mit Seitan und Kartoffeln) G, So, Sl
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
1270,6 (kJ) 48,1g (KH) 4,4g (Ft) 13,3g (EW)	696 (kJ) 26,8g (KH) 2,5g (Ft) 7,4g (EW)	1001,8 (kJ) 44,8g (KH) 1,5g (Ft) 9,9g (EW)	2752,5 (kJ) 80,9g (KH) 17,6g (Ft) 41,4g (EW)	1990,2 (kJ) 74,3g (KH) 11,5g (Ft) 17,4g (EW)
Kichererbseneintopf Sl Vollkornbrot G	Gemüsepfanne (Edamame, Möhren, Zuckerschoten) Kitchari (Linsen und Reis)	Asiatische Nudelpfanne mit Garnelen G	Hähnchenbrust mit Brokkoli & Aprikose Mz, M Reis Currytopping	Spaghetti mit Thunfischsoße G, Mz, Fi, Sf, M
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherrytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherrytomaten</li> <li>Bohnensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Couscous-Salat</li> <li>Kuhmilchkäse in Rosmarinöl</li> <li>Blumenkohl mit Kurkuma</li> <li>Radieschen, Spitzpaprika</li> <li>Fenchel-Orange-Dill-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Baby-Blattspinat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango-Curry</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Italienischer Nudelsalat</li> <li>Geröstete Kartoffeln mit Majoran</li> <li>Ofen-Brokkoli</li> <li>Rettich, Cherrytomaten</li> <li>Roter &amp; weißer Rohkostsalat</li> <li>Blattsalat: Romanasalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Caesar</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>

- G Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
- Gw Weizen
- Gr Roggen
- Gg Gerste
- Gh Hafer
- Gd Dinkel
- Gk Kamut
- K Krebstiere
- Ei Eier (Hühnerei)
- Fi Fisch
- En Erdnüsse
- So Soja
- M Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß)
- Mz Milchzucker, Laktose
- N Schalenfrüchte
- Nm Mandel
- Nh Haselnuss
- Nw Walnuss
- Nc Cashew
- Npe Pecannuss
- Npa Paranuss
- Npi Pistazie
- Nmc Macadamianuss
- Sl Sellerie
- Sf Senf
- Se Sesamsamen
- Sw Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l
- Lu Lupinen
- W Weichtiere
- 1 mit Farbstoff
- 2 konserviert
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 4 mit Geschmacksverstärker
- 5 geschwefelt
- 6 geschwärzt
- 7 gewachst
- 8 mit Phosphat
- 9 mit Süßungsmitteln
- (+) mit Gelatine
- (\*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!
- Alle gekennzeichneten Komponenten wie z. B. Milch, Quark, Joghurt, Kartoffeln sind aus regionalem und ökologischem Anbau.
- (kJ) Energie
- (KH) Kohlenhydrate
- (Ft) Fett
- (EW) Eiweiß

KW 20 16.05.–20.05.2022

Montag, 16. Mai 2022	Dienstag, 17. Mai 2022	Mittwoch, 18. Mai 2022	Donnerstag, 19. Mai 2022	Freitag, 20. Mai 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
989 (kJ) 28,7g (KH) 8,6g (Ft) 9,8g (EW)	2344 (kJ) 34g (KH) 31g (Ft) 41,7g (EW)	1772 (kJ) 68,4g (KH) 7g (Ft) 17,5g (EW)	1725 (kJ) 38,4g (KH) 20,2g (Ft) 16,4g (EW)	845 (kJ) 41,5g (KH) 0,6g (Ft) 6,2g (EW)
Linsen-Pie mit Süßkartoffelhaube	Gefüllte Getreidebratlinge Gewürzkartoffeln mit Petersilien-Bärlauch-Pesto	Maultaschen G Kräuter-Béchamel So, Sl	Wirsingrahmgemüse mit Tofu G, So mit Flageolet (weiße Bohnen) Polentateller G	Kartoffel-Lauchtopf (Nori) Sl mit Vollkornbrot G
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
1622 (kJ) 29,8g (KH) 24g (Ft) 10,1g (EW)	1082 (kJ) 44,8g (KH) 3,8g (Ft) 9,8g (EW)	1986 (kJ) 39,3g (KH) 20,9g (Ft) 30,1g (EW)	1627 (kJ) 34g (KH) 17,1g (Ft) 41,1g (EW)	2013 (kJ) 76,7g (KH) 12,4g (Ft) 14,4g (EW)
Karotten-Kürbiskern-Rösti mit Rote Bete-Curry und würzigem Hüttenkäse Mz, M	Asia-Nudelsuppe G Vollkornbrot G	Putenbraten mit Bratensoße 1, G, Mz, Sf, M Kartoffel-Möhren-Sticks Mz, M	Kartoffelröllchen Heringsfilet in feiner Joghurt-Gurkensoße Mz, Sf, M	Spaghetti mit Avocado-Limetten-Soße 3, G, Mz, M
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherrytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherrytomaten</li> <li>Bohnensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Couscous-Salat</li> <li>Kuhmilchkäse in Rosmarinöl</li> <li>Blumenkohl mit Kurkuma</li> <li>Radieschen, Spitzpaprika</li> <li>Fenchel-Orange-Dill-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Baby-Blattspinat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango-Curry</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Italienischer Nudelsalat</li> <li>Geröstete Kartoffeln mit Majoran</li> <li>Ofen-Brokkoli</li> <li>Rettich, Cherrytomaten</li> <li>Roter &amp; weißer Rohkostsalat</li> <li>Blattsalat: Romanasalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Caesar</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>

KW 21 23.05.–27.05.2022

Montag, 23. Mai 2022	Dienstag, 24. Mai 2022	Mittwoch, 25. Mai 2022	Donnerstag, 26. Mai 2022	Freitag, 27. Mai 2022
<b>FRÜHSTÜCK</b>				
Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl	Vollkornbrotauswahl/ Knäcke Müslibar mit Milch Pflanzenmargarine Herzhafter und süßer Aufstrich Wurst- und Käseauswahl		
<b>MITTAGESSEN VEGAN</b>				
1886 (kJ) 74,4g (KH) 9,3g (Ft) 15,5g (EW)	1481 (kJ) 52,5g (KH) 5,8g (Ft) 21,5g (EW)	3104 (kJ) 107g (KH) 20,6g (Ft) 26,3g (EW)		
Spaghetti Blattspinatsoße G Topping: Sesam Se	Gemüsecurry Sf Buchweizen-Kasha So	Gemüsepfanne mit Bohnen Kräuter-Tomatensoße G Couscous G		
<b>MITTAGESSEN VOLLWERT</b>				
1141 (kJ) 47,8g (KH) 4,9g (Ft) 7,7g (EW)	2181 (kJ) 37,6g (KH) 16,1g (Ft) 12,6g (EW)	2526 (kJ) 71,7g (KH) 22,5g (Ft) 27,8g (EW)		
Arabischer Linseneintopf mit Wurzelgemüse Vollkornbrot G	Süßkartoffelstrudel G, Ei, Mz Tomaten-Kerbel-Sugo G Schnittlauchkartoffeln	Spaghetti mit heller Bolognese G nach „Königsberger Art“ G, Mz, Sf, M	Christi Himmelfahrt	Brückentag
<b>SALATBÜFFET</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Quinoa-Salat</li> <li>Kartoffelsalat Süß &amp; Sauer</li> <li>Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost</li> <li>Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel</li> <li>Kohlrabi-Schmand-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Feldsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Mango</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Linsen-Salat</li> <li>Eingelegter Staudensellerie</li> <li>Rote Bete-Couscous-Salat</li> <li>Gewürzgurke, Cherrytomate</li> <li>Orangen-Möhren-Rohkost</li> <li>Blattsalat: Rauke</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Joghurt</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemüse-Bulgur-Salat</li> <li>Kichererbsen in Curryöl</li> <li>Spaghettisalat mit grünem Pesto</li> <li>Kohlrabi, Cherrytomaten</li> <li>Bohnensalat</li> <li>Blattsalat: Wildkrautsalat</li> <li>Dressing: Balsamico &amp; Vinaigrette</li> <li>Regionale Obstauswahl</li> </ul>		



# SPEISEPLAN KLAX BERUFSAKADEMIE

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

DE-ÖKO-070  
Die Löwenzahn Dienstleistungs GmbH ist zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2015

