

SPEISEPLAN 03.10.–21.10.2022



KW 40 03.10.–07.10.2022

| Montag, 3. Oktober 2022 | Dienstag, 4. Oktober 2022 | Mittwoch, 5. Oktober 2022 | Donnerstag, 6. Oktober 2022 | Freitag, 7. Oktober 2022 |
|--|---|---|--|--|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 1826 kJ 64,6 g (KH) 11,5 g (Ft) 16,7 g (EW) Indischer Mungbohneintopf So Pfannbrot G, So | 1297,6 kJ 44,6 g (KH) 7,8 g (Ft) 13,2 g (EW) Vegane Salatbowl 🍷 (Aubergine, Rote Bete-Apfel-Nori-Algen) Soja-Schnittlauch-Dip So Kartoffeln | 659,3 kJ 1109 g (KH) 3,4 g (Ft) 5,6 g (EW) Lasagne a la Grünkernbolognese G, Ei, Si | 2625,7 kJ 78,1 g (KH) 15,1 g (Ft) 36,6 g (EW) Tofu, gebraten G, So Curry-Wirsing Rote Linsen-Vollkornreis | |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 2163,8 kJ 66 g (KH) 21,8 g (Ft) 13,2 g (EW) Tag der deutschen Einheit Spaghetti G Pesto Zucchiniestreifen und Kirschtomaten | 1918,2 kJ 55,6 g (KH) 14,8 g (Ft) 24,5 g (EW) Hühnerfrikassee G, Mz, M 🍷 Edamame-Reis | 1862,6 kJ 39,2 g (KH) 18,4 g (Ft) 29,4 g (EW) Seelachsspieße G, Fi Dill-Gurken G, Mz, M Kartoffeln 🍷 | 1141,6 kJ 37,1 g (KH) 7,7 g (Ft) 11,1 g (EW) Kartoffelauflauf mit Blumenkohl, Rote Bete und Brokkoli G, Ei, Mz, M | |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse Linsen Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Beete Couscous Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen Möhren Rohkost Blattsalat - Rauke Dressing - Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse Bulgur Salat Kichererbse in Curryöl Spaghettisalat mit grünen Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat - Wildkrautsalat Dressing - Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse Cous Cous Salat Kuhmilchkäse Rosmarinöl Blumenkohl Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel Orange Dill Rohkost Blattsalat - Baby Blattspinat Dressing - Balsamico & Mango Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln Majoran Ofen Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat - Romana Salat Dressing - Balsamico & Caesar | |

KW 41 10.10.–14.10.2022

| Montag, 10. Oktober 2022 | Dienstag, 11. Oktober 2022 | Mittwoch, 12. Oktober 2022 | Donnerstag, 13. Oktober 2022 | Freitag, 14. Oktober 2022 |
|---|---|--|---|---|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 1143,3 kJ 53,7 g (KH) 2,1 g (Ft) 7,9 g (EW) Marokkanischer Couscous G Kürbisgemüse und Feigen N, E, Se | 1520,9 kJ 35,1 g (KH) 12,7 g (Ft) 16,4 g (EW) Gemüse-Kartoffel-Pfanne mit Rucola-Carbonara G | 943,9 kJ 26,3 g (KH) 7,6 g (Ft) 11,6 g (EW) Steckrübeneintopf (Räuchertofu- Würfel, Nori) So Vollkornbrot G 🍷 | 692,2 kJ 20,6 g (KH) 6,8 g (Ft) 4,7 g (EW) Moussaka (Gemüseauflauf) G, So | 1678 kJ 81,1 g (KH) 7,9 g (Ft) 10,9 g (EW) Zweierlei Möhren-Lauchgemüse Mz, M mit rotem Couscous G Tomatenchutney G |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 1830,8 kJ 69 g (KH) 10,4 g (Ft) 15,3 g (EW) Spaghetti G Blattspinatsoße und Hirtenkäse G, Mz, M | 1344 kJ 48,5 g (KH) 10 g (Ft) 7,8 g (EW) Ofen-Gemüse (Sellerie, Möhren, Pastinaken) mit Ricottasoße G, Mz, M RisiBisi | 2092,1 kJ 46,3 g (KH) 21,8 g (Ft) 28,2 g (EW) Putengulasch G, Mz, M 🍷 Apfel-Rotkohl 🍷 Kräuter-Kartoffeln 🍷 | 1910,9 kJ 26,7 g (KH) 28,7 g (Ft) 22,6 g (EW) Mediterranes Fischfilet Fi Belugalinsen-Gemüse Kräutersoßentopping | 1449,5 kJ 56,7 g (KH) 6,9 g (Ft) 12,1 g (EW) Weißer Bohneneintopf mit Süßkartoffeln Si Vollkorn-Brot G 🍷 |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Quinoa-Salat Kartoffelsalat Süß & Sauer Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel Kohlrabi-Schmand-Rohkost Blattsalat: Feldsalat Dressing: Balsamico & Mango | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Linsen-Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Bete-Couscous-Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen-Möhren-Rohkost Blattsalat: Rauke Dressing: Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Bulgur-Salat Kichererbsen in Curryöl Spaghettisalat mit grünem Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat: Wildkrautsalat Dressing: Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Couscous-Salat Kuhmilchkäse in Rosmarinöl Blumenkohl mit Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel-Orange-Dill-Rohkost Blattsalat: Baby-Blattspinat Dressing: Balsamico & Mango-Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln mit Majoran Ofen-Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat: Romanasalat Dressing: Balsamico & Caesar |

KW 42 17.10.–21.10.2022

| Montag, 17. Oktober 2022 | Dienstag, 18. Oktober 2022 | Mittwoch, 19. Oktober 2022 | Donnerstag, 20. Oktober 2022 | Freitag, 21. Oktober 2022 |
|---|---|--|---|---|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 1950,5 kJ 76,6 g (KH) 7,2 g (Ft) 20,5 g (EW) Spaghetti G Tofubolognese G, So | 1530,5 kJ 1582,6 g (KH) 15,6 g (Ft) 22,3 g (EW) Tofugulasch So Kräuterdip So Böhmische Knödeln G, Ei | 2496,8 kJ 92,8 g (KH) 15,1 g (Ft) 17 g (EW) Kichererbsen-Curry-Pfanne Pesto Vollkornreis | 1675,5 kJ 3458,7 g (KH) 13,7 g (Ft) 4204,6 g (EW) Rosmarinkartoffeln 🍷 Paprikagemüse Mariniert gebackener Tofu 1, G, So | 1841,5 kJ 60,8 g (KH) 15,5 g (Ft) 12,2 g (EW) Gnocchis G mit rotem Pesto Lu Blattspinat G Kürbiskernen |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 1353,8 kJ 1112,3 g (KH) 5,3 g (Ft) 35,2 g (EW) Mexikanische Tortilla Lasagne G, So, Mz, Si, M | 1744,5 kJ 36,8 g (KH) 19,7 g (Ft) 21,1 g (EW) Rindfleischboulette Ei, So, Sf Porreegemüse G, Mz, M 🍷 Stampfkartoffeln Mz, M 🍷 | 2257,5 kJ 66,3 g (KH) 18,2 g (Ft) 26,1 g (EW) Wildlachsfilets Fi Avocadosoße 🍷, G, Mz, M Möhren-Reis | 1367,4 kJ 40,1 g (KH) 14,1 g (Ft) 8,7 g (EW) Gemüsecremeintopf mit Grießnocken G Vollkornbrot G 🍷 | 1700,9 kJ 77,9 g (KH) 3,7 g (Ft) 12 g (EW) Spaghetti G Geröstetes Blumenkohlgemüse Mz, M Currychutney |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Quinoa-Salat Kartoffelsalat Süß & Sauer Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel Kohlrabi-Schmand-Rohkost Blattsalat: Feldsalat Dressing: Balsamico & Mango | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Linsen-Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Bete-Couscous-Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen-Möhren-Rohkost Blattsalat: Rauke Dressing: Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Bulgur-Salat Kichererbsen in Curryöl Spaghettisalat mit grünem Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat: Wildkrautsalat Dressing: Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Couscous-Salat Kuhmilchkäse in Rosmarinöl Blumenkohl mit Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel-Orange-Dill-Rohkost Blattsalat: Baby-Blattspinat Dressing: Balsamico & Mango-Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln mit Majoran Ofen-Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat: Romanasalat Dressing: Balsamico & Caesar |



Clever
isst
gesund

Vollwertküche
für Kita und Schule

- 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



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

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.).



SPEISEPLAN 24.10.–11.11.2022



KW 43 24.10.–28.10.2022

| Montag, 24. Oktober 2022 | Dienstag, 25. Oktober 2022 | Mittwoch, 26. Oktober 2022 | Donnerstag, 27. Oktober 2022 | Freitag, 28. Oktober 2022 |
|---|---|--|---|---|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 2022,9 kJ 68,5 g (KH) 13,3 g (Ft) 18,6 g (EW) | 2581,7 kJ 63,5 g (KH) 30,7 g (Ft) 18 g (EW) | 2196,9 kJ 62,6 g (KH) 22,1 g (Ft) 13,7 g (EW) | 1624,4 kJ 37018,9 g (KH) 11,5 g (Ft) 10,3 g (EW) | 1940,9 kJ 67,5 g (KH) 11,6 g (Ft) 18 g (EW) |
| Vollkornpenne G Broccoli-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 | Veganer Linsensburger Kürbis-Kokossoße G Tomaten-Zartweizen G |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 1817,6 kJ 43,2 g (KH) 21,5 g (Ft) 15,1 g (EW) | 2217,1 kJ 32,5 g (KH) 26 g (Ft) 40,2 g (EW) | 2161,7 kJ 73 g (KH) 14,7 g (Ft) 22 g (EW) | 1924,7 kJ 73,1 g (KH) 7,9 g (Ft) 18,8 g (EW) | 2764,4 kJ 93,2 g (KH) 15,9 g (Ft) 32,7 g (EW) |
| Kartoffelrösti Apfel-Kürbisgemüse Kräuterquark Mz, M | Hähnchenkeule Paprikasugo G, Mz, M Pikante Kartoffelspalten | Spaghetti G Tomaten-Basilikum-Chutney G und Mozzarella Mz | Pikanter gelber Erbseneintopf Vollkornbrot G Falafelbällchen G | Seelachsfilet in einer Vollkornpanade G, Fi Asia Gemüse Pfanne G Kräuterreis |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Quinoa-Salat Kartoffelsalat Süß & Sauer Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel Kohlrabi-Schmand-Rohkost Blattsalat: Feldsalat Dressing: Balsamico & Mango | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Linsen-Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Bete-Couscous-Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen-Möhren-Rohkost Blattsalat: Rauke Dressing: Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Bulgur-Salat Kichererbsen in Curryöl Spaghettisalat mit grünem Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat: Wildkrautsalat Dressing: Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Couscous-Salat Kuhmilchkäse in Rosmarinöl Blumenkohl mit Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel-Orange-Dill-Rohkost Blattsalat: Baby-Blattspinat Dressing: Balsamico & Mango-Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln mit Majoran Ofen-Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat: Romanasalat Dressing: Balsamico & Caesar |

KW 44 31.10.–04.11.2022

| Montag, 31. Oktober 2022 | Dienstag, 1. November 2022 | Mittwoch, 2. November 2022 | Donnerstag, 3. November 2022 | Freitag, 4. November 2022 |
|---|---|--|---|---|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 1498,4 kJ 58,5 g (KH) 9,1 g (Ft) 6,2 g (EW) | 2620,6 kJ 71,7 g (KH) 23,8 g (Ft) 29,9 g (EW) | 797,6 kJ 30 g (KH) 3,3 g (Ft) 6,9 g (EW) | 2024,5 kJ 86 g (KH) 7,5 g (Ft) 14,2 g (EW) | 3593,6 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, Möhre, Pastinake) SI Rucola Pesto Rosso N, Sw, M | Gyros So Soja-Zaziki So Reinsnudeln G |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 2166,8 kJ 76,5 g (KH) 14,1 g (Ft) 19,3 g (EW) | 2806,4 kJ 82,9 g (KH) 24,1 g (Ft) 29,4 g (EW) | 1486,1 kJ 37,5 g (KH) 11,3 g (Ft) 23,9 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 Sauce G, Mz, M Parmesan 1, 2, Mz | Rinderbraten SI Dillsoße G, Mz, M Böhmsche Knödel G, Ei Topping: Petersilie | 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 |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Quinoa-Salat Kartoffelsalat Süß & Sauer Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel Kohlrabi-Schmand-Rohkost Blattsalat: Feldsalat Dressing: Balsamico & Mango | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Linsen-Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Bete-Couscous-Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen-Möhren-Rohkost Blattsalat: Rauke Dressing: Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Bulgur-Salat Kichererbsen in Curryöl Spaghettisalat mit grünem Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat: Wildkrautsalat Dressing: Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Couscous-Salat Kuhmilchkäse in Rosmarinöl Blumenkohl mit Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel-Orange-Dill-Rohkost Blattsalat: Baby-Blattspinat Dressing: Balsamico & Mango-Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln mit Majoran Ofen-Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat: Romanasalat Dressing: Balsamico & Caesar |

KW 45 07.11.–11.11.2022

| Montag, 7. November 2022 | Dienstag, 8. November 2022 | Mittwoch, 9. November 2022 | Donnerstag, 10. November 2022 | Freitag, 11. November 2022 |
|---|---|--|---|---|
| FRÜHSTÜCK | | | | |
| 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 |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH | | | | |
| 2030,1 kJ 68,4 g (KH) 12,2 g (Ft) 21,8 g (EW) | 2249,4 kJ 71,3 g (KH) 9,4 g (Ft) 33,9 g (EW) | 2068,9 kJ 91,1 g (KH) 7,5 g (Ft) 11,1 g (EW) | 3169,5 kJ 110,7 g (KH) 19 g (Ft) 29,5 g (EW) | 2338,9 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 | Vollkorn-Penne G mit Grünkernragout G Zaziki So | Falafelbällchen G Avocado-Dip 3, So Tomatenreis |
| MITTAGESSEN VOLLWERT | | | | |
| 2167,3 kJ 85,1 g (KH) 8 g (Ft) 22,8 g (EW) | 986,5 kJ 42,5 g (KH) 2,7 g (Ft) 7,3 g (EW) | 1947,4 kJ 32,5 g (KH) 19,1 g (Ft) 39,9 g (EW) | 2427,4 kJ 88,5 g (KH) 14,9 g (Ft) 20 g (EW) | 1439,2 kJ 61,7 g (KH) 4,6 g (Ft) 11,8 g (EW) |
| Spaghetti mit vegetarischer Bolognese G, So | Grüner Bohneneintopf Mz, SI, M Vollkornbrot G | Burgerfleisch Ratatouille-Gemüse Stampfkartoffeln Mz, M | Seelachsfilet in Reis-Pop Panade FI Brokkoli Mz, M Tomatenreis Pesto | Möhren-Lauch Gemüse Mz, M Paprikatopping G, Mz, M Zartweizen G |
| SALATBUFFET | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Quinoa-Salat Kartoffelsalat Süß & Sauer Sellerie-Mandarine-Kerbel-Rohkost Cherrytomaten, grüne Gurkenwürfel Kohlrabi-Schmand-Rohkost Blattsalat: Feldsalat Dressing: Balsamico & Mango | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Linsen-Salat Eingelegter Staudensellerie Rote Bete-Couscous-Salat Gewürzgurke, Cherrytomate Orangen-Möhren-Rohkost Blattsalat: Rauke Dressing: Balsamico & Joghurt | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Bulgur-Salat Kichererbsen in Curryöl Spaghettisalat mit grünem Pesto Kohlrabi, Cherrytomaten Bohnensalat Blattsalat: Wildkrautsalat Dressing: Balsamico & Vinaigrette | <ul style="list-style-type: none"> Gemüse-Couscous-Salat Kuhmilchkäse in Rosmarinöl Blumenkohl mit Kurkuma Radieschen, Spitzpaprika Fenchel-Orange-Dill-Rohkost Blattsalat: Baby-Blattspinat Dressing: Balsamico & Mango-Curry | <ul style="list-style-type: none"> Italienischer Nudelsalat Geröstete Kartoffeln mit Majoran Ofen-Brokkoli Rettich, Cherrytomaten Roter & weißer Rohkostsalat Blattsalat: Romanasalat Dressing: Balsamico & Caesar |



- 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



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

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.).

