

# Speisekarte



KW 20  
Montag

13.05.2024  
Dienstag bis

17.05.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

## Vegetarisch

<p><b>Linseneintopf mit Kaiserbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p>KJ 706 / Kcal 169 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g KH 29,6 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 7,6 g / Salz 1,25 g / BE 2,5</p>	<p><b>Bio-Spaghetti mit Tofu-Karotten-Carbonara und Bio-Erbsen</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Sesam</p> <p>KJ 678 / Kcal 162 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 27,3 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,09 g / BE 2,3</p>	<p><b>Bio-Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln</b></p> <p>Eier, Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p> KJ 407 / Kcal 97 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,4 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,44 g / BE 0,8</p>	<p><b>Falafel-Bällchen mit Champignonrahm, dazu Bio-Marktgemüse und Bio-Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>KJ 834 / Kcal 199 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g KH 27,7 g, davon Zucker 3,6 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,78 g / BE 2,3</p>	<p>Mensa geschlossen</p>
--	---	---	---	--------------------------

## Vollkost

<p><b>Grießbrei mit grüner Pfirsich-Kiwi-Grütze</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>KJ 356 / Kcal 85 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 9,4 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,57 g / BE 0,8</p>	<p><b>Bio-Spaghetti mit Bolognese vom Rind</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> KJ 493 / Kcal 118 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g KH 20,0 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,73 g / BE 1,7</p>	<p><b>Gulasch vom Rind mit Bio-Erbsengemüse und Bio-Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier</p> <p> KJ 575 / Kcal 137 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g KH 15,8 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,95 g / BE 1,3</p>	<p><b>Köttbular in Rahm vom Geflügel mit Bio-Marktgemüse und Bio-Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p> KJ 850 / Kcal 203 / Fett 8,6 g, davon ges. Fettsäuren 3,0 g KH 23,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,8 g / Salz 0,79 g / BE 2,0</p>	<p>Mensa geschlossen</p>
--	--	---	--	--------------------------

## Pastabar

<p><b>Pasta-Bar</b></p>			<p><b>Pasta-Bar</b></p>	<p>Mensa geschlossen</p>
<p><b>Salatteller</b></p>	<p><b>Bunter Salatteller mit Topping</b></p>	<p><b>Bunter Salatteller mit Topping</b></p>	<p><b>Bunter Salatteller mit Topping</b></p>	<p>Mensa geschlossen</p>

## DE-ÖKO-003