



17. KW

Montag, 22. April 2024

Dienstag, 23. April 2024

Mittwoch, 24. April 2024

Donnerstag, 25. April 2024

Freitag, 26. April 2024

Suppen &
Eintopfstation

Vegan +punkt

Pikanter Bohneneintopf

weiße Bohnenkerne gekocht in einem
Paprikasud, verfeinert mit Chili und Thymian

4,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 3 I, L

Kilojoule: 1082,6 kJ Kilokalorien: 258,1 kcal

Eiweiß: 13,2 g Kohlenhydrate: 36,7 g Fett: 3,6 g

Vegan +punkt

Vegane Minestrone

gegart mit Tofu, Karotten, Tomaten, Zucchini,
Erbsen, Sellerie, Bohnen und Muschelnudeln

4,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1 A, Aa, F, I

Kilojoule: 1223,3 kJ Kilokalorien: 292,5 kcal

Eiweiß: 9,8 g Kohlenhydrate: 31,2 g Fett: 3,9 g

+punkt

Gulaschsuppe "mal anders"

gebratene Schweinefleischstreifen mit Paprika,
Zucchini und Nudeln, pikant abgeschmeckt

4,70 €

Zusatzstoffe / Allergene: A, Aa, I

Kilojoule: 1596,8 kJ Kilokalorien: 381,1 kcal

Eiweiß: 28,4 g Kohlenhydrate: 36,8 g Fett: 12,7 g

Vegan +punkt

Gemüsesuppe "Kimchi-Style"

pikanter Eintopf mit Chinakohl, Edamame,
Glasnudeln und Mungobohnensprossen,
verfeinert mit Ingwer und Koriander

4,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 2, 4 A, Aa, F, I

Kilojoule: 1157,2 kJ Kilokalorien: 276,6 kcal

Eiweiß: 9,3 g Kohlenhydrate: 31,7 g Fett: 12,9 g

Lassen Sie sich überraschen!

4,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb

Nährwerte: keine Angaben

Vegan
Vegetarisch

Vegan +punkt

Linsen-Gemüse-Curry

gekocht in einem Sud aus Kokosmilch,
abgeschmeckt mit Curry, Kurkuma, Zimt und
Ahornsirup

6,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: I

Kilojoule: 1602 kJ Kilokalorien: 383,2 kcal

Eiweiß: 11,8 g Kohlenhydrate: 30,5 g Fett: 22,4 g

Vegan

Frühlingsbowl mit Rhabarber und
Radieschendazu Quinoa und eine Vinaigrette aus
Ahornsirup und Dijon-Senf, getoppt mit
Walnüssen und Falafelbällchen

6,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1 H, Ha, Hc, I, J, L

Kilojoule: 2657,4 kJ Kilokalorien: 637,1 kcal

Eiweiß: 14,2 g Kohlenhydrate: 63,3 g Fett: 34,2 g

Vegan +punkt

Veganes Süßkartoffelchili

mit roten Linsen und Kidneybohnen, dazu
Basmatireis

6,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: I

Kilojoule: 2213 kJ Kilokalorien: 524,2 kcal

Eiweiß: 18,5 g Kohlenhydrate: 95,4 g Fett: 4,9 g

Vegan

Cremiges Erdnusscurry mit gebratenen
Zucchini und Lauch

mit lockerem Couscous und frischer Minze

6,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: A, Aa, E, I

Kilojoule: 3799,9 kJ Kilokalorien: 903,5 kcal

Eiweiß: 30,2 g Kohlenhydrate: 103,3 g Fett: 39,3 g

Aktionsgericht

+punkt

Indisches Reisgericht "Biryani"

Reisgericht mit Linsen, Blumenkohl und Erbsen
aromatisch mit Chili und Knoblauch
abgeschmeckt, dazu ein mariniertes
Hähnchensteak

6,90 €

Zusatzstoffe / Allergene: G

Kilojoule: 2167,4 kJ Kilokalorien: 513,1 kcal

Eiweiß: 45,5 g Kohlenhydrate: 65,7 g Fett: 6,4 g

Big Hot Dog

Brühwurst mit Gurkenstreifen, gerösteten
Zwiebeln, Sauce und Sauerkraut

7,00 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1, 9, 10 A, Aa, Ac, C, F, G, I, J, K

Kilojoule: 5301,2 kJ Kilokalorien: 1269,5 kcal

Eiweiß: 36,1 g Kohlenhydrate: 93,1 g Fett: 80,8 g

Zanderfilet gebraten mit Hummersauce,
Kartoffeln und Spinat

7,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1 A, Aa, C, D, G, I

Kilojoule: 4590,2 kJ Kilokalorien: 1084,9 kcal

Eiweiß: 40,5 g Kohlenhydrate: 43,7 g Fett: 83,5 g

Knusprig gebratenes Schweineschnitzel

mit Gemüse und Kartoffeln

6,70 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1, A, Aa, C, G

Kilojoule: 3007,3 kJ Kilokalorien: 710,9 kcal

Eiweiß: 46,8 g Kohlenhydrate: 66,4 g Fett: 26,6 g

Lassen Sie sich überraschen!

6,70 €

Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb

Nährwerte: keine Angaben

Beilagen als Fleischloses Gericht 4,00 € / Sauce extra 0,70 €

Salatbar

Täglich wechselndes Angebot von frischen Blatt-, Rohkost- und Feinkostsalaten, dazu hausgemachte Dressings nach L & D-Rezepturen, Essig & Öl

klein 2,80 €
groß 5,50 €

Salat der Woche

Lauch-Champignonsalat mit rosa Pfeffer und braunem Zucker

Zusatzstoffe / Allergene: 1, 3 L

Dessert der Woche

1,80 €

Karamell-Bananen-Pudding

Zusatzstoffe / Allergene: G

Dessert

Täglich wechselndes Dessert- und Obstangebot

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff / 2 = mit Konservierungsstoff / 3 = mit Antioxidationsmittel / 4 = mit Geschmacksverstärker / 5 = geschwefelt / 6 = geschwärzt / 7 = gewachst / 8 = mit Phosphat / 9 = mit Süßungsmittel(n) / 10 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n)
Allergene und jeweils daraus hergestellte Erzeugnisse: A = enthält Gluten - Aa = aus Weizen, Ab = aus Roggen, Ac = aus Gerste, Ad = aus Hafer, Ae = aus Dinkel / B = enthält Krebstiere / C = enthält Eier / D = enthält Fisch / E = enthält Erdnüsse / F = enthält Soja / G = enthält Milch (einschließlich Laktose) /
H = enthält Schalenfrüchte - Ha = aus Mandeln, Hb = aus Haselnüssen, Hc = aus Walnüssen, Hd = aus Kaschunüssen, He = aus Pecannüssen, Hf = aus Paranüssen, Hg = aus Pistazien, Hh = aus Macadamianüssen, Queenslandnüssen / I = enthält Sellerie / J = enthält Senf / K = enthält Sesam /
L = enthält Schwefeldioxid/Sulfite / M = enthält Lupine / N = enthält Weichtiere **Anmerkung:** Die Angaben der Zusatzstoffe, Allergene und Nährwerte erfolgen auf Grundlage der Rezepturen. **Änderungen vorbehalten**