



montag 29.04.2024

dienstag 30.04.2024

mittwoch 01.05.2024

donnerstag 02.05.2024

freitag 03.05.2024

<b>tagesmenü 1</b> <small>vegetarisch</small>	Schinkenfleckerl mit Beinschinken vom Schwein <b>AC</b> 🐷 dazu Gurkensalat mit Sonnenblumenkernen Nougatpudding mit Bio-Milch <b>GH</b>	Spargelcremesuppe <b>GAL</b> Cremespinat <b>GA</b> 🌿 dazu Schmarrn mit Bio-Erdäpfel <b>G</b> und ein Spiegelei <b>C</b>		Gemüserahmlinsen <b>GALM</b> mit Semmelknödel <b>GAC</b> Obst	Brokkolicremesuppe <b>GAL</b> Grießflammerienockerl <b>GAC</b> 🌿 dazu fruchtiges Erdbeermus und Bio-Milch <b>G</b>	
	kcal = 505,1, E = 18,9g, F = 22,7g, KH = 53,6g, BE = 4,4	kcal = 370,3, E = 11,5g, F = 18,7g, KH = 37,0g, BE = 3,1		kcal = 375,8, E = 8,8g, F = 12,5g, KH = 52,2g, BE = 4,3	kcal = 564,9, E = 14,5g, F = 25,9g, KH = 67,4g, BE = 5,6	
	<b>tagesmenü 2</b> <small>schweinefleischfrei</small>	Auflauf mit Bio-Erdäpfeln und Gemüse <b>GAC</b> 🌿 dazu Kräutersauce <b>GA</b> und Gurkensalat mit Sonnenblumenkernen Vanillecreme mit Bio-Topfen <b>G</b>	Spargelcremesuppe <b>GAL</b> Bio-Topfenschmarrn <b>GAC</b> 🌿 mit hausgemachtem Zwetschenröster und Bio-Milch <b>G</b>		MSC-Seelachs in Erdäpfelpanade <b>ADO</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> und buntem Gemüse dazu Bohnensalat Vollkorn-Karottenkuchen <b>GAHC</b>	Gulasch mit Bio-Rind <b>A</b> 🐮 dazu Bio-Hörnchen <b>GA</b> und California Salat mit Kürbiskernen Fruchtiger Obstsalat
		kcal = 504,1, E = 17,4g, F = 32,5g, KH = 33,2g, BE = 2,8	kcal = 589,3, E = 20,7g, F = 27,3g, KH = 62,4g, BE = 5,2		kcal = 697,6, E = 25,2g, F = 31,0g, KH = 79,5g, BE = 6,4	kcal = 496,2, E = 24,4g, F = 12,4g, KH = 64,9g, BE = 5,5
	<b>tagesmenü 3</b> <small>vegetarisch</small>	Geröstete Knödel mit Ei <b>GAC</b> dazu roter Bio-Rübensalat Obst	Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Pestosauce <b>GAH</b> dazu BUMMERLSALAT Mangomousse <b>G</b>		Gemüseeintropfsuppe <b>GACL</b> Scheiterhaufen mit Pfirsich <b>GACF</b> 🍑 <b>TIPP</b> dazu Himbeersauce	Palatschinken mit Spinat und Weichkäse <b>GAC</b> dazu Joghurt-Zitronendip <b>GA</b> mit Bio-Erdäpfeln <b>G</b> dazu California Salat Obst
kcal = 400,9, E = 15,1g, F = 17,2g, KH = 45,3g, BE = 3,7		kcal = 581,4, E = 15,8g, F = 24,9g, KH = 71,2g, BE = 6,2		kcal = 331,5, E = 8,5g, F = 7,9g, KH = 54,7g, BE = 4,4	kcal = 407,1, E = 14,7g, F = 18,2g, KH = 45,0g, BE = 3,6	
<b>tagesmenü 4</b>	Rindersuppe mit Schöberl <b>GACL</b> Geschnetzeltes vom Bio-Rind <b>GAM</b> 🐮 mit Erbsengemüse und Bio-Salzerdäpfel <b>G</b>	Chili sin Carne <b>AF</b> 🌿 mit Bio-Naturreis <b>G</b> Obst		Geflügelbällchen <b>AC</b> 🐔 mit Bratensaft <b>AL</b> und buntem Gemüse <b>G</b> dazu Erdäpfelpüree <b>G</b> Studentenfutter <b>HE</b>	Brokkolicremesuppe <b>GAL</b> Herzhafte Käsespätzle <b>GAC</b> 🌿 dazu California Salat mit Kürbiskernen	
	kcal = 428,4, E = 25,0g, F = 18,5g, KH = 38,5g, BE = 3,2	kcal = 299,1, E = 7,6g, F = 5,2g, KH = 53,5g, BE = 4,4		kcal = 632,7, E = 29,3g, F = 36,7g, KH = 44,4g, BE = 3,6	kcal = 581,6, E = 22,0g, F = 23,3g, KH = 68,7g, BE = 5,6	
<b>jause 1</b>	Kornspitz <b>AF</b> mit Putenknacker und Essiggurkerl	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Tomaten		Semmel <b>A</b> mit Putenleberstreichwurst und ein Apfel	Haferflockenbrot <b>AF</b> mit hausgemachtem Thunfischaustrich <b>CDGM</b> und eine Birne	
	kcal = 267, E = 16g, F = 10g, KH = 28g, BE = 2,3	kcal = 363, E = 8g, F = 17g, KH = 45g, BE = 3,7		kcal = 267, E = 16g, F = 10g, KH = 28g, BE = 2,3	kcal = 294, E = 12g, F = 9g, KH = 40g, BE = 3,3	
<b>jause 2</b> <small>vegetarisch</small>	Kornspitz <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Essiggurkerl	Mischbrot <b>AF</b> mit Edamer laktosefrei <b>G</b> und Tomaten		Semmel <b>A</b> mit hausgemachtem Kräuteraufstrich <b>AGF</b> und ein Apfel	Haferflockenbrot <b>AF</b> mit laktosefreier Butter <b>G</b> und eine Birne	
	kcal = 262, E = 4g, F = 16g, KH = 25g, BE = 2	kcal = 326, E = 16g, F = 9g, KH = 45g, BE = 3,7		kcal = 234, E = 7g, F = 7g, KH = 36g, BE = 3	kcal = 399, E = 12g, F = 17g, KH = 50g, BE = 4,2	



# Speiseplan

VS - KW 19 /2024



montag 06.05.2024

dienstag 07.05.2024

mittwoch 08.05.2024

donnerstag 09.05.2024

freitag 10.05.2024

tags- menü 1	Bio-Spaghetti <b>GAL</b> mit Sauce Bolognese vom Bio-Rind <b>GAL</b> und Parmesan <b>G</b> dazu California Salat mit Sonnenblumenkernen Obst  kcal = 439,1, E = 19,7g, F = 10,2g, KH = 65,0g, BE = 5,4	Planted Geschnetzeltes Züricher Art <b>G</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> dazu Salat der Saison mit Kürbiskernen Apfel-Mohnkuchen <b>GAC</b>  kcal = 410,5, E = 15,4g, F = 16,0g, KH = 48,3g, BE = 4,0	Gemüsesuppe mit Grießdukaten <b>GACL</b> MSC-Tomaten-Knuspertisch <b>AD</b> mit Frühlingsgemüse <b>G</b> und Bio-Erdäpfel mit Petersilie <b>G</b>  kcal = 334,4, E = 13,4g, F = 12,0g, KH = 41,2g, BE = 3,4	Linsen-Karottensuppe <b>G</b> Esterhazybraten vom Bio-Rind <b>GALM</b> mit Kroketten <b>A</b> und Blaukraut <b>A</b>  kcal = 438,1, E = 32,2g, F = 14,6g, KH = 40,0g, BE = 2,7
tags- menü 2 schweinefleischfrei	Zucchinicremesuppe <b>GAL</b> Schinken-Quinoa-Auflauf <b>GACF</b> dazu Karotten-Mais-Salat  kcal = 446,1, E = 23,6g, F = 21,0g, KH = 38,3g, BE = 3,1	Käsesemmelknödel <b>GAC</b> mit cremiger Spargelsauce <b>GA</b> dazu Salat der Saison mit Kürbiskernen Obst  kcal = 503,8, E = 15,0g, F = 26,1g, KH = 51,7g, BE = 4,3	Gemüsesuppe mit Grießdukaten <b>GACL</b> Topfenlasagne <b>GAC</b> mit Pflirsichmus und Bio-Milch <b>G</b>  kcal = 585,7, E = 24,6g, F = 22,0g, KH = 70,5g, BE = 5,8	Serbisches Bohnengulasch <b>A</b> mit Rahm-Dip <b>GA</b> dazu Dreikornbrot <b>GAFN</b> Honig-Topfcreme mit Früchten <b>G</b>  kcal = 391,8, E = 17,4g, F = 16,1g, KH = 42,8g, BE = 3,4
tagsmenü 3 vegetarisch	Kräftiger Gemüse Eintopf <b>GA</b> mit Rösti und ein Spiegelei <b>C</b> Bio-Joghurt mit Weichseln <b>G</b>  kcal = 381,8, E = 10,6g, F = 20,3g, KH = 37,3g, BE = 3,2	Knoblauchcremesuppe <b>GAL</b> Grießkoch nach Oma's Art <b>GA</b> dazu Erdbeer-Rhabarbermus und Bio-Milch <b>G</b>  kcal = 543,8, E = 16,4g, F = 20,3g, KH = 71,7g, BE = 5,9	Bio-Hörnchen mit Eier <b>GAC</b> dazu roter Bio-Rübensalat Obst  kcal = 331,6, E = 15,1g, F = 9,1g, KH = 45,7g, BE = 3,8	Pizza Margherita mit Mais <b>GA</b> dazu Eisbergsalat Schoko-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b>  kcal = 498,2, E = 18,7g, F = 21,2g, KH = 56,6g, BE = 4,7
tagsmenü 4	Zucchinicremesuppe <b>GAL</b> Palatschinken zum Selberfüllen <b>GAC</b> mit Erdbeermarmelade und Bio-Milch <b>G</b>  kcal = 566,4, E = 15,4g, F = 26,9g, KH = 63,3g, BE = 5,1	Knoblauchcremesuppe <b>GAL</b> Gebackener Karfiol <b>AC</b> mit Sauce Tartare <b>GACM</b> und Bio-Erdäpfel mit Kräuter  kcal = 547,9, E = 9,5g, F = 31,7g, KH = 52,4g, BE = 4,3	Reispfanne vom Bio-Rind mit roten Bohnen und Mais <b>GA</b> dazu California Salat Frischkäsecreme mit Butterbrösel <b>GA</b>  kcal = 425,1, E = 16,9g, F = 20,8g, KH = 41,3g, BE = 3,4	Gebratene Hühnerkeule <b>A</b> mit Karottengemüse <b>G</b> und gebratenen Bio-Erdäpfeln Obst  kcal = 691,7, E = 45,2g, F = 37,2g, KH = 43,2g, BE = 3,5
jause 1	Kürbiskernbrot <b>AF</b> mit Putenextra und ein Apfel  kcal = 290, E = 12g, F = 9g, KH = 40g, BE = 3,3	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Gouda laktosefrei <b>G</b> und Spitzpaprika  kcal = 218, E = 14g, F = 10g, KH = 18g, BE = 1,5	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Gurke  kcal = 212, E = 4g, F = 14g, KH = 17g, BE = 1,4	Urspitz <b>AF</b> mit Putensalami und eine Banane  kcal = 362, E = 12g, F = 11g, KH = 51g, BE = 4,3
jause 2 vegetarisch	Kürbiskernbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und ein Apfel  kcal = 438, E = 12g, F = 21g, KH = 50g, BE = 4,2	Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Frischkäse <b>G</b> und Spitzpaprika  kcal = 190, E = 9g, F = 8g, KH = 20g, BE = 1,6	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und Gurke  kcal = 207, E = 8g, F = 11g, KH = 18g, BE = 1,5	Urspitz <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und eine Banane  kcal = 383, E = 6g, F = 17g, KH = 51g, BE = 4,2



Montag 13.05.2024

Dienstag 14.05.2024

Mittwoch 15.05.2024

Donnerstag 16.05.2024

Freitag 17.05.2024

tagesmenü 1	Reisfleisch vom Schwein dazu grüner Salat mit Sonnenblumenkernen Bio-Buttermilch mit Erdbeere <b>G</b>	Pikanter Nudelsalat <b>GACM</b> mit Karottenbrot <b>AF</b> Vollkorn-Topfenkuchen <b>GAC</b>	Leberknödelsuppe vom Rind <b>AL</b> Süße Gnocchi mit Zimt und Zucker <b>A</b> dazu hausgemachtes Apfelmus und Bio-Milch <b>G</b>	Zwiebelfleisch vom Bio-Rind <b>AM</b> mit Bio-Salzerdäpfel <b>G</b> und Mischgemüse Obst	Gemüsesuppe mit Knöpfli <b>ACL</b> Falafel mit Gemüse-Couscous <b>A</b> dazu Joghurt-Zitronendip <b>GA</b> und orientalischer Salat
	kcal = 428,7, E = 17,7g, F = 19,4g, KH = 43,6g, BE = 3,6	kcal = 494,5, E = 18,5g, F = 18,9g, KH = 60,9g, BE = 5,0	kcal = 684,1, E = 15,7g, F = 29,0g, KH = 88,2g, BE = 7,5	kcal = 352,4, E = 14,7g, F = 13,7g, KH = 40,8g, BE = 3,4	kcal = 506,4, E = 13,3g, F = 13,5g, KH = 80,3g, BE = 6,6
tagesmenü 2 schweinefleischfrei	Pastinakencremesuppe <b>GAL</b> Gebackene MSC-Fischstäbchen <b>AD</b> dazu Bio-Erdäpfel mit Petersilie <b>G</b> und Tzatziki <b>GCM</b>	Mediterrane Gemüsesuppe <b>ACFL</b> Cremiger Milchreis <b>G</b> dazu Benco und Bio-Milch <b>G</b>	Champignonschnitzel vom Huhn <b>GA</b> mit Bio-Dinkelreis <b>A</b> dazu bunter Blattsalat Obst	Auflauf mit Bio-Hörnchen und Gemüse <b>GAC</b> dazu Linsensalat <b>O</b> Bio-Joghurt mit Himbeeren <b>G</b>	Gefüllter Paprika mit Bio-Rind <b>GC</b> dazu Tomatensauce <b>A</b> und Bio- Erdäpfeln <b>G</b> dazu Salatmix mit Kürbiskernen Obst
	kcal = 560,3, E = 21,3g, F = 26,3g, KH = 57,3g, BE = 4,7	kcal = 455,7, E = 13,4g, F = 13,3g, KH = 68,9g, BE = 5,7	kcal = 504,5, E = 42,5g, F = 13,0g, KH = 52,1g, BE = 4,2	kcal = 366,1, E = 13,5g, F = 16,4g, KH = 38,9g, BE = 3,2	kcal = 470,9, E = 25,2g, F = 16,3g, KH = 53,9g, BE = 4,4
tagesmenü 3 vegetarisch	Erdäpfelstrudel <b>GAC</b> mit Schnittlauchdip <b>GA</b> dazu grüner Salat Obst	Tomaten-Mozzarella Tortellini <b>GAC</b> mit Spinat-Obersauce <b>GA</b> dazu Blattsalat mit Mais Bio-Joghurt mit Vanille <b>G</b>	Knusprige Soja Nuggets <b>AF</b> mit buntem Gemüse und Bio-Erdäpfelsalat Krapfen <b>GAC</b>	Spargelcremesuppe <b>GAL</b> Rote Rübenknödel <b>GAC</b> mit Käsesauce <b>GA</b> und Blattsalat	Gemüsesuppe mit Knöpfli <b>ACL</b> Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Gemüsebolognese <b>GAL</b> dazu Salatmix
	kcal = 283,1, E = 7,8g, F = 10,1g, KH = 38,3g, BE = 3,2	kcal = 504,7, E = 21,8g, F = 21,0g, KH = 54,7g, BE = 4,4	kcal = 510,4, E = 21,0g, F = 18,2g, KH = 64,3g, BE = 3,7	kcal = 380,2, E = 11,3g, F = 19,2g, KH = 38,7g, BE = 3,2	kcal = 413,6, E = 12,9g, F = 8,4g, KH = 68,6g, BE = 5,8
tagesmenü 4	Pastinakencremesuppe <b>GAL</b> Flaumige Nougatknödel <b>GAHC</b> mit Fruchtsauce und Bio-Milch <b>G</b>	Linseneintopf <b>AM</b> mit Serviettenknödel <b>GAC</b> Obst	Leberknödelsuppe vom Rind <b>AL</b> Fleischhörnchen vom Bio-Rind <b>A</b> dazu Karotten-Krautsalat	G'schmackiger Rahm-Kohlrabi mit Erbsen <b>GA</b> und Putenfrankfurter dazu Schmirn mit Bio-Erdäpfeln <b>G</b> Fruchtiger Obstsalat	MSC-Seelachs im Backteig <b>AD</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> und Regenbogenkarotten <b>G</b> dazu Bohnensalat Bio-Topfen mit Früchten <b>G</b>
	kcal = 808,7, E = 23,2g, F = 34,4g, KH = 99,6g, BE = 8,4	kcal = 358,4, E = 12,4g, F = 10,6g, KH = 51,2g, BE = 4,2	kcal = 314,3, E = 17,6g, F = 10,7g, KH = 35,2g, BE = 3	kcal = 379,1, E = 19,8g, F = 17,2g, KH = 35,1g, BE = 2,9	kcal = 430,0, E = 21,2g, F = 12,0g, KH = 59,0g, BE = 4,8
jause 1	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Putenschinken und eine Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und eine Banane	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Putenkabonossi und ein Apfel	Semmel <b>A</b> mit Putenleberkäse und Gurke	Mischbrot <b>AF</b> mit Putenextra und Karotten
	kcal = 308, E = 18g, F = 6g, KH = 45g, BE = 3,7	kcal = 355, E = 5g, F = 13g, KH = 53g, BE = 4,4	kcal = 331, E = 14g, F = 17g, KH = 31g, BE = 2,6	kcal = 163, E = 8g, F = 4g, KH = 23g, BE = 2	kcal = 289, E = 12g, F = 6g, KH = 46g, BE = 3,8
jause 2 vegetarisch	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Butter <b>G</b> und eine Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit hausgemachtem Erdäpfelkäse <b>G</b> und eine Banane	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Gouda <b>G</b> und ein Apfel	Semmel <b>A</b> mit Streichgouda <b>G</b> und Gurke	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Karotten
	kcal = 424, E = 12g, F = 22g, KH = 45g, BE = 3,7	kcal = 293, E = 7g, F = 4g, KH = 56g, BE = 4,6	kcal = 258, E = 12g, F = 9g, KH = 31g, BE = 2,5	kcal = 201, E = 8g, F = 8g, KH = 23g, BE = 2	kcal = 369, E = 8g, F = 17g, KH = 45g, BE = 3,7



# Speiseplan

VS - KW 21 /2024



montag 20.05.2024

dienstag 21.05.2024

mittwoch 22.05.2024

donnerstag 23.05.2024

freitag 24.05.2024

tagesmenü 1	tagesmenü 2 schweinefleischfrei	tagesmenü 3 vegetarisch	tagesmenü 4	jause 1	jause 2 vegetarisch
<p>Linsen-Lasagne <b>GAL</b> </p> <p>mit Blattsalat und Sonnenblumenkernen Schoko-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 385,5, E = 14,0g, F = 12,7g, KH = 49,4g, BE = 3,6</p>	<p>Kräutercremesuppe <b>GAL</b> G'schupfte Mohnnudeln <b>GAC</b> </p> <p>mit hausgemachtem Apfelmus und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 734,4, E = 17,3g, F = 19,8g, KH = 116,9g, BE = 9,4</p>	<p>Kräutercremesuppe <b>GAL</b> Knusprige Zucchiniplätzchen <b>GAC</b> mit Knoblauchrahm <b>GA</b> und Ofengemüse</p> <p>kcal = 489,4, E = 10,7g, F = 26,2g, KH = 51,7g, BE = 4,2</p>	<p>Makkaroni &amp; Cheese <b>GAM</b> </p> <p>dazu Blattsalat Obst</p> <p>kcal = 349,6, E = 11,7g, F = 11,4g, KH = 48,2g, BE = 4,1</p>	<p>Meterbrot <b>AF</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und eine Nektarine</p> <p>kcal = 374, E = 11g, F = 11g, KH = 57g, BE = 4,7</p>	<p>Meterbrot <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und eine Nektarine</p> <p>kcal = 379, E = 8g, F = 13g, KH = 56g, BE = 4,6</p>
<p>MSC-Seelachs "Müllerin Art" <b>AD</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> dazu Mais-Paprikasalat Fruchtiger Obstsalat</p> <p>kcal = 415,6, E = 21,8g, F = 7,3g, KH = 65,1g, BE = 5,3</p>	<p>Rahmfleisch vom Bio-Rind <b>GA</b> </p> <p>mit Power-Vollkornhörnchen <b>GA</b> und Fiolensalat Obst</p> <p>kcal = 512,9, E = 23,6g, F = 15,7g, KH = 65,8g, BE = 5,4</p>	<p>Gemüse aus dem Wok <b>AF</b> mit Asianudeln <b>AC</b> und ein Ei-Omelette <b>GC</b> Schokowürfel <b>GACF</b></p> <p>kcal = 556,6, E = 18,5g, F = 19,0g, KH = 75,4g, BE = 6,2</p>	<p>Erbsencremesuppe <b>GAL</b> Aufauf mit Beeren und Bio-Topfen <b>GAC</b> </p> <p>dazu Beerensauce und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 505,8, E = 18,1g, F = 23,8g, KH = 53,3g, BE = 4,4</p>	<p>Semmel <b>A</b> mit Putensalami und Gurke</p> <p>kcal = 233, E = 10g, F = 11g, KH = 21g, BE = 1,8</p>	<p>Semmel <b>A</b> mit hausgemachtem Eiaufstrich <b>CM</b> und Gurke</p> <p>kcal = 148, E = 4g, F = 5g, KH = 22g, BE = 1,8</p>
<p>Gemüseintropfsuppe <b>GACL</b> Apfelfringe im Backteig <b>GA</b> </p> <p>mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 507,6, E = 12,9g, F = 23,1g, KH = 60,2g, BE = 5,0</p>	<p>Gulasch mit Bio-Erdäpfel und Putenfrankfurter <b>A</b> </p> <p>dazu herzhaftes Dinkelbrot <b>ANP</b> Creme mit Bio-Topfen und Erdbeeren <b>G</b></p> <p>kcal = 347,7, E = 14,7g, F = 9,9g, KH = 47,6g, BE = 3,9</p>	<p>Bio-Gnocchi mit Tomaten und Basilikum gefüllt <b>A</b> </p> <p>dazu Paradeissauce <b>A</b> und grüner Salat Obst</p> <p>kcal = 463,4, E = 8,9g, F = 10,1g, KH = 81,3g, BE = 6,6</p>	<p>Gemüseintropfsuppe <b>GACL</b> Putengeschnitzeltes mit Gemüse <b>GA</b> </p> <p>und Bio-Reis <b>G</b> dazu grüner Salat mit Kürbiskernen</p> <p>kcal = 424,3, E = 22,3g, F = 14,0g, KH = 51,1g, BE = 4,2</p>	<p>Roggenbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und ein Apfel</p> <p>kcal = 407, E = 6g, F = 17g, KH = 57g, BE = 4,8</p>	<p>Roggenbrot <b>AF</b> mit Gouda laktosefrei <b>G</b> und ein Apfel</p> <p>kcal = 369, E = 14g, F = 9g, KH = 57g, BE = 4,8</p>
<p>Rindersuppe mit Bio-Nudeln <b>AL</b> Gekochtes Bio-Rindfleisch <b>L</b> </p> <p>mit Cremespinat <b>GA</b> dazu Rösterdäpfel <b>A</b></p> <p>kcal = 394,3, E = 34,1g, F = 12,6g, KH = 34,3g, BE = 2,8</p>	<p>Rindersuppe mit Bio-Nudeln <b>AL</b> </p> <p>Geröstete Knödel mit Ei <b>GAC</b> </p> <p>dazu roter Bio-Rübensalat</p> <p>kcal = 405,3, E = 16,6g, F = 17,5g, KH = 44,3g, BE = 3,7</p>	<p>Bio-Gemüse-Perlweizen mit Planted Chicken <b>A</b> dazu Gemüsesauce <b>GAL</b> und Salat der Saison Obst</p> <p>kcal = 260,3, E = 8,6g, F = 8,5g, KH = 34,9g, BE = 2,8</p>	<p>Kebappizza <b>GAL</b> </p> <p>dazu Salat der Saison mit Sonnenblumenkernen Bio-Joghurt mit Banane <b>G</b></p> <p>kcal = 543,5, E = 24,8g, F = 27,2g, KH = 46,0g, BE = 3,8</p>	<p>Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Putenextra und Cocktailtomaten</p> <p>kcal = 182, E = 10g, F = 7g, KH = 20g, BE = 1,7</p>	<p>Dinkelweckerl <b>AFN</b> mit Butter <b>G</b> und Cocktailtomaten</p> <p>kcal = 262, E = 6g, F = 18g, KH = 20g, BE = 1,6</p>



# Speiseplan

VS - KW 22 /2024



montag 27.05.2024

dienstag 28.05.2024

mittwoch 29.05.2024

donnerstag 30.05.2024

freitag 31.05.2024

<b>tagesmenü 1</b>	<p>Gulasch vom Bio-Rind <b>A</b> </p> <p>mit Spätzle <b>AC</b></p> <p>dazu Eisbergsalat mit Kürbiskernen Vollkorn-Birnen-Mohnkuchen <b>GAC</b></p> <p>kcal = 599,6, E = 25,0g, F = 20,3g, KH = 71,8g, BE = 5,9</p>	<p>Cremesuppe mit Bio-Erdäpfel <b>GAL</b></p> <p>Tomaten-Polentaauflauf mit Schafkäse <b>G</b> </p> <p>dazu Tomaten-Basilikumsauce <b>A</b> und grüner Salat mit Sonnenblumenkernen</p> <p>kcal = 350,7, E = 8,4g, F = 20,4g, KH = 31,7g, BE = 2,6</p>	<p>Chicken Wings </p> <p>mit Kartoffel-Dippers</p> <p>dazu Karotten-Mais-Salat Obst</p> <p>kcal = 639,1, E = 39,8g, F = 27,6g, KH = 49,5g, BE = 4,1</p>	<p>Karfiol-Kokossuppe</p> <p>Böhmische Powidltscherln <b>AC</b> </p> <p>mit hausgemachtem Apfelmus und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 665,0, E = 14,8g, F = 19,4g, KH = 103,9g, BE = 8,6</p>
	<b>tagesmenü 2</b> schweinefleischfrei	<p>Putenselchbraten mit mildem Sauerkraut <b>A</b> und Bio-Salzerdäpfel <b>G</b></p> <p>Bio-Joghurt mit Vanille <b>G</b></p> <p>kcal = 318,6, E = 20,1g, F = 12,7g, KH = 29,2g, BE = 2,4</p>	<p>Bio-Spaghetti <b>GA</b> </p> <p>mit köstlicher Linsen-Bolognese <b>LM</b></p> <p>dazu grüner Salat Obst</p> <p>kcal = 383,7, E = 14,3g, F = 5,5g, KH = 65,6g, BE = 5,0</p>	<p>Linsensuppe mit Ingwer</p> <p>Pancakes <b>GAC</b></p> <p>mit Fruchtsauce und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 513,6, E = 14,7g, F = 17,9g, KH = 71,5g, BE = 3,5</p>
<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch	<p>Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung <b>GAC</b></p> <p>dazu Kräuterrahmsauce <b>GCM</b> und Eisbergsalat Obst</p> <p>kcal = 532,5, E = 17,1g, F = 15,7g, KH = 77,9g, BE = 6,3</p>	<p>Cremesuppe mit Bio-Erdäpfel <b>GAL</b></p> <p>Knusprige Käseplätzchen <b>GAC</b></p> <p>dazu Bio-Erdäpfel mit Kräutern und Tzatziki <b>GCM</b></p> <p>kcal = 642,9, E = 16,5g, F = 33,7g, KH = 65,5g, BE = 8,3</p>	<p>Linsensuppe mit Ingwer</p> <p>Gefüllter Paprika mit Bio-Reis und Gemüse <b>GAC</b></p> <p>dazu Tomatensauce <b>A</b> und Bio-Salzerdäpfel <b>G</b></p> <p>kcal = 345,3, E = 11,9g, F = 9,8g, KH = 50,3g, BE = 4,1</p>	<p>Gröstl mit Bio-Erdäpfel und Gemüse <b>A</b> </p> <p>dazu ein Spiegelei <b>C</b></p> <p>Ameisenkuchen <b>GACF</b></p> <p>kcal = 343,1, E = 8,5g, F = 14,6g, KH = 42,5g, BE = 3,5</p>
<b>tagesmenü 4</b>	<p>Gemüsesuppe mit Tarhonya <b>AL</b></p> <p>MSC-Jumbo Fischstäbchen in Zitronenpanade <b>AD</b></p> <p>mit buntem Gemüse und Bio-Erdäpfelsalat</p> <p>kcal = 369,8, E = 17,6g, F = 12,0g, KH = 46,1g, BE = 3,8</p>	<p>Cremesuppe mit Bio-Erdäpfel <b>GAL</b></p> <p>Flaumige Bio-Marillenknödel <b>GAC</b> </p> <p>und Bio-Milch <b>G</b></p> <p>kcal = 477,8, E = 17,5g, F = 19,0g, KH = 57,2g, BE = 4,7</p>	<p>Jägerragout vom Bio-Rind <b>GAM</b> </p> <p>mit Bio-Serviettenknödel <b>GAC</b></p> <p>dazu ein gemischter Salat Vollkorn-Kirschen-Topfenkuchen <b>GAC</b></p> <p>kcal = 495,8, E = 21,9g, F = 24,4g, KH = 46,5g, BE = 3,8</p>	<p>Reispfanne mit schwarzen Bohnen und Soja <b>AF</b> </p> <p>dazu grüner Salat Panna Cotta mit Erdbeer <b>G</b></p> <p>kcal = 386,7, E = 11,6g, F = 17,1g, KH = 43,4g, BE = 3,6</p>
<b>jause 1</b>	<p>Kürbiskracker <b>AF</b></p> <p>mit Putenextra und Wassermelone</p> <p>kcal = 321, E = 12g, F = 9g, KH = 46g, BE = 3,8</p>	<p>Mischbrot <b>AF</b></p> <p>mit Gouda laktosefrei <b>G</b> und Spitzpaprika</p> <p>kcal = 321, E = 16g, F = 9g, KH = 44g, BE = 3,6</p>	<p>Meterbrot <b>AF</b></p> <p>mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Gurke</p> <p>kcal = 340, E = 7g, F = 13g, KH = 47g, BE = 3,9</p>	<p>Vollkornbrot <b>AFN</b></p> <p>mit Putensalami und ein Apfel</p> <p>kcal = 421, E = 18g, F = 16g, KH = 50g, BE = 4,2</p>
<b>jause 2</b> vegetarisch	<p>Kürbiskracker <b>AF</b></p> <p>mit Edamer <b>G</b> und Wassermelone</p> <p>kcal = 363, E = 16g, F = 13g, KH = 45g, BE = 3,7</p>	<p>Mischbrot <b>AF</b></p> <p>mit Butter <b>G</b> und Spitzpaprika</p> <p>kcal = 358, E = 8g, F = 17g, KH = 44g, BE = 3,6</p>	<p>Meterbrot <b>AF</b></p> <p>mit Streichgouda <b>G</b> und Gurke</p> <p>kcal = 315, E = 11g, F = 8g, KH = 49g, BE = 4</p>	<p>Vollkornbrot <b>AFN</b></p> <p>mit Butter <b>G</b> und ein Apfel</p> <p>kcal = 442, E = 12g, F = 22g, KH = 50g, BE = 4,2</p>



Montag 03.06.2024

Dienstag 04.06.2024

Mittwoch 05.06.2024

Donnerstag 06.06.2024

Freitag 07.06.2024

<b>tages- menü 1</b>	Lasagne vom Bio-Rind <b>GAC</b> dazu Eisbergsalat mit Kürbiskernen Schoko-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b>	Bio-Laibchen mit Spinat und Käse gefüllt <b>GA</b> dazu Joghurt-Zitronendip <b>GA</b> und Blattsalat mit Mais und Kürbiskernen Vollkorn-Mandelkirschkuchen <b>GAHC</b>	Brokkoli-Käsesuppe <b>G</b> Cremiger Milchreis <b>G</b> dazu Benco und Bio-Milch <b>G</b>	Specklinsen vom Schwein <b>ADM</b> mit Semmelknödel <b>GAC</b> Melonensalat	Gemüsesuppe mit Grießknockerl <b>ACL</b> Lachswürfel in Zitronenrahmsauce <b>GAD</b> dazu Sommergemüse und Bio-Erdäpfeln <b>G</b>	
	kcal = 408,8, E = 18,6g, F = 17,2g, KH = 43,5g, BE = 3,6	kcal = 449,1, E = 13,9g, F = 23,5g, KH = 43,0g, BE = 3,6	kcal = 516,9, E = 16,7g, F = 20,8g, KH = 64,3g, BE = 5,3	kcal = 383,7, E = 10,8g, F = 12,4g, KH = 51,3g, BE = 4,0	kcal = 375,9, E = 19,0g, F = 17,6g, KH = 34,2g, BE = 2,8	
	<b>tages- menü 2</b> schweinefleischfrei	Gnocchi <b>GA</b> mit Champignonrahmsauce <b>GA</b> und California Salat mit Sonnenblumenkernen Obst	Gemüsecremesuppe <b>GAL</b> Klassischer Apfelstrudel <b>A</b> mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b>	Kalbsbutterschnitzel <b>ACL</b> mit Erdäpfelpüree <b>G</b> und buntem Gemüse Vollkorn-Zucchiniuchen <b>GAHC</b>	Hühnerfleisch mit mediterranem Gemüse und Bio-Dinkelreis <b>A</b> dazu Gurkensalat Panna Cotta mit Himbeere <b>G</b>	Grießknockerlsuppe <b>ACL</b> Rustikaler Bohneneintopf <b>GA</b> mit Bio-Reis <b>G</b>
		kcal = 418,6, E = 10,7g, F = 7,7g, KH = 74,5g, BE = 6,5	kcal = 629,1, E = 13,5g, F = 32,4g, KH = 69,6g, BE = 5,7	kcal = 653,1, E = 25,8g, F = 38,3g, KH = 49,2g, BE = 4,0	kcal = 528,8, E = 25,3g, F = 22,9g, KH = 53,1g, BE = 4,4	kcal = 369,2, E = 11,2g, F = 7,4g, KH = 63,1g, BE = 5,2
		<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch	Mediterrane Gemüsesuppe <b>ACFL</b> Knusper-Soja-Nuggets <b>AF</b> mit Bio-Reis <b>G</b> und Gemüseallerlei <b>G</b> dazu Dipsauce	Bio-Penne <b>GA</b> mit Tomatensauce <b>A</b> und Parmesan <b>G</b> dazu Blattsalat mit Mais Obst	Karfiol-Käseleibchen <b>GACFLMN</b> mit Schnittlauchsauce <b>GA</b> und Bio-Erdäpfel mit Petersilie <b>G</b> Vollkorn-Zucchiniuchen <b>GAHC</b>	Kichererbsensuppe <b>G</b> Knusprige Frühlingsrolle <b>GACL</b> mit gebratenem Bio-Reis und Ei <b>ACFN</b> dazu Süß-Sauer-Dip
kcal = 487,3, E = 18,3g, F = 13,4g, KH = 69,5g, BE = 5,1			kcal = 370,8, E = 12,7g, F = 5,4g, KH = 65,4g, BE = 5,7	kcal = 554,7, E = 14,3g, F = 29,1g, KH = 56,6g, BE = 4,5	kcal = 431,0, E = 14,4g, F = 17,6g, KH = 60,1g, BE = 5,0	kcal = 425,6, E = 15,7g, F = 17,3g, KH = 50,3g, BE = 4,2
<b>tagesmenü 4</b>			Würstgulasch mit Putenfrankfurter <b>GA</b> dazu Vollkornbrot <b>AFN</b> Creme mit Bio-Topfen und Ananas <b>G</b>	Gemüsecremesuppe <b>GAL</b> Erdäpfel-Brokkoliauflauf <b>GAC</b> dazu Tzatziki <b>GCM</b>	Reispfanne mit roten Bohnen, Mais und Planted Chicken <b>GL</b> dazu Salat der Saison Obst	Kichererbsensuppe <b>G</b> Grießschmarrn <b>GAC</b> mit Kirschenkompott und Bio-Milch <b>G</b>
	kcal = 338,0, E = 16,9g, F = 10,7g, KH = 42,2g, BE = 3,2		kcal = 502,8, E = 12,5g, F = 36,6g, KH = 29,4g, BE = 2,4	kcal = 213,1, E = 12,7g, F = 2,5g, KH = 32,3g, BE = 2,6	kcal = 616,5, E = 17,2g, F = 22,0g, KH = 93,9g, BE = 7,8	kcal = 437,0, E = 23,8g, F = 18,8g, KH = 40,8g, BE = 3,4
	<b>jause 1</b>		Wachauerlaibchen <b>AF</b> mit Putenkabossi und Wassermelone	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit Putenextra und Tomaten	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und ein Apfel
		kcal = 386, E = 15g, F = 16g, KH = 43g, BE = 3,6	kcal = 400, E = 9g, F = 17g, KH = 53g, BE = 4,4	kcal = 176, E = 7g, F = 5g, KH = 24g, BE = 2	kcal = 414, E = 12g, F = 17g, KH = 50g, BE = 4,2	kcal = 266, E = 11g, F = 2g, KH = 51g, BE = 4,3
		<b>jause 2</b> vegetarisch	Wachauerlaibchen <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Wassermelone	Mischbrot <b>AF</b> mit Edamer laktosefrei <b>G</b> und Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit Liptauer <b>GM</b> und Tomaten	Vollkornbrot <b>AFN</b> mit Eckerlkäse <b>G</b> und ein Apfel
kcal = 351, E = 6g, F = 17g, KH = 43g, BE = 3,5			kcal = 362, E = 16g, F = 9g, KH = 53g, BE = 4,4	kcal = 189, E = 6g, F = 7g, KH = 25g, BE = 2	kcal = 409, E = 16g, F = 16g, KH = 51g, BE = 4,2	kcal = 382, E = 6g, F = 17g, KH = 51g, BE = 4,2



Montag 10.06.2024

Dienstag 11.06.2024

Mittwoch 12.06.2024

Donnerstag 13.06.2024

Freitag 14.06.2024

<b>tagesmenü 1</b>	Erdäpfelstrudel <b>GAC</b> mit Knoblauchdip <b>GA</b> und Blattsalat Bio-Buttermilch mit Kirschen <b>G</b>	Falafel mit Gemüse-Couscous <b>A</b> dazu Kräuter-Joghurtdip <b>GA</b> Obst	Wurzelmilchsuppe <b>GAL</b> Süßer Hirseauflauf <b>GHC</b> mit Marillenröster und Bio-Milch <b>G</b>	Rindssuppe mit Bio-Frittaten <b>GACL</b> Braten vom Bio-Rind <b>ALM</b> dazu Schmarren mit Bio-Erdäpfeln <b>G</b> und Preiselbeeren	Hühner-Kebab <b>L</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> dazu orientalischer Salat Vollkorn-Mohnkuchen <b>GAC</b>
	kcal = 345,0, E = 9,9g, F = 15,6g, KH = 39,2g, BE = 3,2	kcal = 518,2, E = 12,5g, F = 12,2g, KH = 87,0g, BE = 7,1	kcal = 592,0, E = 19,9g, F = 26,8g, KH = 63,5g, BE = 5,2	kcal = 326,6, E = 23,3g, F = 8,7g, KH = 37,5g, BE = 3,1	kcal = 625,1, E = 30,9g, F = 30,5g, KH = 48,6g, BE = 4,0
<b>tagesmenü 2</b> Schweinefleischfrei	Putenreisfleisch mit Blattsalat Obst	Überbackene Canneloni mit Ricotta-Spinatfülle <b>GACL</b> dazu Salat der Saison Studentenfutter <b>HE</b>	Wurzelmilchsuppe <b>GAL</b> Zitronen-Backfisch <b>AD</b> mit Bio-Erdäpfelsalat und buntem Gemüse	Fleischhörnchen vom Bio-Rind <b>A</b> mit buntem Bohnensalat Bio-Joghurt mit Marillen <b>G</b>	Tomatencremesuppe <b>GA</b> Grießkoch nach Oma's Art <b>GA</b> mit Weichselragout und Bio-Milch <b>G</b>
	kcal = 238,5, E = 15,4g, F = 2,8g, KH = 36,6g, BE = 3,0	kcal = 420,9, E = 17,4g, F = 19,8g, KH = 41,7g, BE = 3,5	kcal = 426,8, E = 20,3g, F = 18,4g, KH = 43,4g, BE = 3,6	kcal = 394,0, E = 19,1g, F = 15,5g, KH = 44,2g, BE = 3,6	kcal = 530,8, E = 16,1g, F = 18,7g, KH = 72,4g, BE = 6,0
<b>tagesmenü 3</b> vegetarisch	Nudelsuppe <b>AL</b> Spinatschneckenknödel <b>GAC</b> mit Käsesauce <b>GA</b> und Blattsalat	Gulasch mit Bio-Erdäpfel <b>A</b> dazu Sonnenblumenbrot <b>AF</b> Linzerschnitte <b>AHCF</b>	Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Zucchiniobersauce <b>GA</b> dazu California Salat Obst	Eiernockerl <b>GAC</b> dazu roter Bio-Rübensalat Obst	Zucchini-auflauf <b>GC</b> mit Tomatensauce <b>A</b> dazu California Salat Johannisbeercreme mit Bio-Topfen <b>G</b>
	kcal = 477,8, E = 13,9g, F = 23,9g, KH = 50,6g, BE = 4,0	kcal = 448,0, E = 10,4g, F = 18,0g, KH = 58,7g, BE = 4,8	kcal = 400,0, E = 12,4g, F = 6,2g, KH = 70,8g, BE = 6,0	kcal = 427,9, E = 17,3g, F = 9,3g, KH = 67,0g, BE = 5,5	kcal = 346,0, E = 15,6g, F = 15,5g, KH = 33,9g, BE = 2,8
<b>tagesmenü 4</b>	Ragout "Stroganoff" mit Bio-Rind <b>GAM</b> dazu Bio-Hörnchen <b>GA</b> und Blattsalat Obst	Karfiolcremesuppe <b>GAL</b> Bio-Kaiserschmarren <b>GAC</b> mit hausgemachtem Zwetschenröster und Bio-Milch <b>G</b>	Caesar Salat mit Hühnerbrust <b>GACDLM</b> dazu Sandwichbrot <b>AF</b> Bio-Joghurt mit Beeren <b>G</b>	Gemüserahmlinsen <b>GALM</b> mit Bio-Erdäpfelknödel <b>GACO</b> Vollkorn-Zucchinikuchen <b>GAHC</b>	Tomatencremesuppe <b>GA</b> Gratiniertes Seelachs auf italienische Art <b>GD</b> mit Bio-Erdäpfel und Petersilie <b>G</b> dazu bunter Bohnensalat
	kcal = 538,5, E = 23,1g, F = 18,9g, KH = 64,9g, BE = 5,4	kcal = 623,8, E = 18,4g, F = 24,1g, KH = 80,4g, BE = 6,5	kcal = 548,3, E = 33,3g, F = 26,3g, KH = 36,7g, BE = 3,0	kcal = 556,7, E = 14,7g, F = 22,4g, KH = 72,1g, BE = 6,1	kcal = 375,1, E = 23,5g, F = 13,7g, KH = 38,8g, BE = 3,2
<b>jause 1</b>	Roggenbrot <b>AF</b> mit Putenschinken und ein Apfel	Meterbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Wassermelone	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Putenkacker und Spitzpaprika	Mischbrot <b>AF</b> mit hausgemachtem Putenschinkenaufstrich <b>CM</b> und eine Banane	Sonnenblumenweckerl <b>AF</b> mit Putenextra und Nektarine
	kcal = 291, E = 11g, F = 1g, KH = 57g, BE = 4,8	kcal = 452, E = 9g, F = 14g, KH = 72g, BE = 6	kcal = 242, E = 16g, F = 11g, KH = 20g, BE = 1,7	kcal = 426, E = 13g, F = 8g, KH = 75g, BE = 6,2	kcal = 242, E = 11g, F = 9g, KH = 29g, BE = 2,4
<b>jause 2</b> vegetarisch	Roggenbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und ein Apfel	Meterbrot <b>AF</b> mit hausgemachtem Eiaufstrich <b>CM</b> und Wassermelone	Mohnstriezel <b>AF</b> mit Edamer <b>G</b> und Spitzpaprika	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und eine Banane	Sonnenblumenweckerl <b>AF</b> mit Streichgouda <b>G</b> und Nektarine
	kcal = 407, E = 6g, F = 17g, KH = 57g, BE = 4,7	kcal = 373, E = 9g, F = 5g, KH = 72g, BE = 6	kcal = 199, E = 12g, F = 9g, KH = 17g, BE = 1,5	kcal = 490, E = 10g, F = 17g, KH = 74g, BE = 6,2	kcal = 269, E = 11g, F = 11g, KH = 30g, BE = 2,5



Montag 17.06.2024

Dienstag 18.06.2024

Mittwoch 19.06.2024

Donnerstag 20.06.2024

Freitag 21.06.2024

tagesmenü 1	MSC-Seelachs "Müllerin Art" <b>AD</b> mit Sommergemüse und Bio-Erdäpfel mit Petersilie <b>G</b> Bio-Joghurt mit Lemon <b>G</b>	Planted Butter-Chicken <b>G</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> dazu Salatmix Melonensalat	Zucchini-cremesuppe <b>GAL</b> Nudelaufbau vom Bio-Rind <b>GAC</b> dazu Linsensalat <b>O</b>	Paprikacremesuppe <b>GA</b> Nuss-Schokopalatschinken <b>GAHC</b> und Bio-Milch <b>G</b>	Schweinsragout <b>GA</b> dazu Bio-Reis mit Gemüse <b>G</b> und bunter Bohnensalat Obst
	kcal = 455,9, E = 24,9g, F = 14,3g, KH = 55,7g, BE = 4,5	kcal = 331,0, E = 12,7g, F = 8,8g, KH = 47,4g, BE = 3,9	kcal = 402,2, E = 17,3g, F = 19,0g, KH = 38,5g, BE = 3,3	kcal = 892,1, E = 20,3g, F = 50,9g, KH = 85,0g, BE = 7,0	kcal = 444,2, E = 29,6g, F = 15,1g, KH = 47,4g, BE = 3,8
tagesmenü 2 schweinefleischfrei	Pastinakencremesuppe <b>GAL</b> Bio-Topfknödel mit Kokosbrösel <b>GAC</b> dazu Erdbeersauce und Bio-Milch <b>G</b>	Sommerlicher Veggieburger <b>GACFN</b> mit Kartoffel-Dippers dazu Salatmix Creme mit Bio-Topfen und Heidelbeeren <b>G</b>	Bio-Spaghetti <b>GA</b> mit Sauce Bolognese vom Bio-Rind <b>GAL</b> und Parmesan <b>G</b> dazu California Salat mit Sonnenblumenkernen Obst	Gemüsechili mit Tofu <b>AF</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> Vollkorn-Stracciatellakuchen <b>GACF</b>	Käsesuppe <b>GAF</b> Naturschnitzel vom Huhn <b>GA</b> mit Bio-Regenbogenkarotten <b>G</b> und Bio-Erdäpfel mit Kräutern
	kcal = 595,9, E = 21,8g, F = 26,8g, KH = 65,3g, BE = 5,4	kcal = 697,0, E = 21,3g, F = 28,8g, KH = 79,8g, BE = 6,5	kcal = 439,1, E = 19,7g, F = 10,2g, KH = 65,0g, BE = 5,4	kcal = 557,1, E = 15,1g, F = 20,2g, KH = 76,8g, BE = 6,3	kcal = 357,2, E = 23,6g, F = 13,5g, KH = 33,7g, BE = 2,7
tagesmenü 3 vegetarisch	Cremitige Käsespätzle <b>GAC</b> dazu roter Bio-Rübensalat Vollkorn-Pfirsichkuchen <b>GAC</b>	Bio-Hörnchen <b>GA</b> mit Gemüsesauce <b>GAL</b> dazu Salatmix Creme mit Bio-Topfen und Heidelbeeren <b>G</b>	Eintropfsuppe <b>GACL</b> Gebratene, süße Schupfnudeln <b>GAC</b> mit hausgemachtem Apfelmus und Bio-Milch <b>G</b>	Spinat-Bio-Erdäpfel-Gratin <b>GAC</b> mit Tomatenragout dazu Bummerlsalat Obst	Käsesuppe <b>GAF</b> Gemüselasagne <b>GACL</b> dazu Blattsalat mit Mais
	kcal = 566,3, E = 19,6g, F = 25,5g, KH = 62,8g, BE = 5,1	kcal = 500,3, E = 18,6g, F = 10,5g, KH = 79,2g, BE = 6,7	kcal = 573,4, E = 15,5g, F = 9,3g, KH = 102,2g, BE = 8,2	kcal = 342,6, E = 10,4g, F = 16,8g, KH = 35,7g, BE = 2,9	kcal = 322,6, E = 11,9g, F = 14,8g, KH = 34,3g, BE = 2,8
tagesmenü 4	Hühnerpaella mit Tzatziki <b>GCM</b> Obst	Linsen-Karottensuppe <b>G</b> Reisaufbau mit Schokodrops <b>GCF</b> dazu Himbeersauce und Bio-Milch <b>G</b>	Zucchini-cremesuppe <b>GAL</b> Tunesischer Gemüseeintopf mit Couscous <b>A</b>	Geschnetzeltes vom Bio-Rind <b>GAM</b> mit Fisolengemüse und Bio-Salzerdäpfel <b>G</b> Bio-Joghurt mit Brombeeren <b>G</b>	Erdäpfel-Brokkoli Frischkäsetaschen <b>G</b> mit Paprika-Rahmdip <b>GA</b> und orientalischer Salat Pfirsich-Buttermilch <b>G</b>
	kcal = 377,6, E = 15,4g, F = 14,3g, KH = 47,7g, BE = 3,9	kcal = 569,5, E = 18,6g, F = 19,1g, KH = 75,6g, BE = 5,6	kcal = 304,2, E = 10,1g, F = 9,3g, KH = 51,6g, BE = 4,2	kcal = 439,8, E = 23,2g, F = 21,5g, KH = 36,5g, BE = 3,0	kcal = 406,5, E = 6,9g, F = 24,5g, KH = 37,6g, BE = 3,1
jause 1	Semmel <b>A</b> mit Putensalami und Essiggurkerl	Mohnstriezel <b>AF</b> mit hausgemachtem Kräuteraufstrich <b>AFG</b> und eine Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit Putenkabanossi und Gurke	Meterbrot <b>AF</b> mit Putenextra und Tomaten	Sonnenblumenbrot <b>AF</b> mit Putenschinken und Wassermelone
	kcal=241, E= 11g, F= 11g, KH =23g, BE = 2	kcal = 202, E = 7g, F = 7g, KH = 27g, BE = 2,2	kcal = 289, E = 13g, F = 16g, KH = 23g, BE = 2	kcal = 290, E = 11g, F = 6g, KH = 48g, BE = 4	kcal = 381, E = 19g, F = 7g, KH = 60g, BE = 5
jause 2 vegetarisch	Semmel <b>A</b> mit Gouda <b>G</b> und Essiggurkerl	Mohnstriezel <b>AF</b> mit laktosefreier Butter <b>G</b> und eine Nektarine	Kornspitz <b>AF</b> mit Edamer <b>G</b> und Gurke	Meterbrot <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Tomaten	Sonnenblumenbrot <b>AF</b> mit hausgemachtem Kräuteraufstrich <b>AFG</b> und Wassermelone
	kcal = 224, E = 12g, F = 9g, KH = 22g, BE = 1,8	kcal = 251, E = 5g, F = 14g, KH = 26g, BE = 2,2	kcal = 216, E = 11g, F = 8g, KH = 23g, BE = 2	kcal = 370, E = 7g, F = 17g, KH = 48g, BE = 4	kcal = 421, E = 16g, F = 12g, KH = 61g, BE = 5,1





# Speiseplan

VS - KW 26 / 2024



montag 24.06.2024

dienstag 25.06.2024

mittwoch 26.06.2024

donnerstag 27.06.2024

freitag 28.06.2024

tagesmenü 1	Mais-Paprikalaibchen <b>GAC</b> dazu Joghurt-Zitronendip <b>GA</b> mit Bio-Salzerdäpfel <b>G</b> und California Salat mit Kürbiskernen Bio-Joghurt mit Weichseln <b>G</b>	Brokkolicremesuppe <b>GAL</b> Cremiger Milchreis <b>G</b> mit Erdbeersauce	Zucchini cremesuppe <b>GAL</b> Backhuhnsalat <b>GAF</b> dazu Sandwichbrot <b>AF</b>	Pizza Margherita mit Mais <b>GA</b> dazu grüner Salat mit Sonnenblumenkernen Obst	Chili Con Carne vom Bio-Rind <b>A</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> Vollkorn-Schokokuchen <b>GAC</b>
	kcal = 393,7, E = 12,4g, F = 20,1g, KH = 38,1g, BE = 3,2	kcal = 438,2, E = 10,1g, F = 13,6g, KH = 67,1g, BE = 5,5	kcal = 472,8, E = 28,0g, F = 19,8g, KH = 43,3g, BE = 3,6	kcal = 433,2, E = 16,0g, F = 17,7g, KH = 50,5g, BE = 4,2	kcal = 542,8, E = 22,0g, F = 20,9g, KH = 64,0g, BE = 5,3
tagesmenü 2 schweinefleischfrei	MSC-Jumbo Fischstäbchen in Zitronenpanade <b>AD</b> mit Erbsen-Maisgemüse und Bio-Erdäpfelsalat Obst	Brokkolicremesuppe <b>GAL</b> Bio-Spiralen <b>GA</b> mit Tomatensauce <b>A</b> und Parmesan <b>G</b> dazu bunter Blattsalat mit Kürbiskernen	Gulasch vom Bio-Rind <b>A</b> mit Semmelknödel <b>GAC</b> Vanille-Pudding mit Bio-Milch <b>G</b>	Hühnersuppentopf <b>AL</b> Palatschinken zum Selberfüllen <b>GAC</b> mit Marillenmarmelade und Bio-Milch <b>G</b>	Rindersuppe mit Bio-Sternchen <b>AL</b> Eiernockerl <b>GAC</b> mit Gurkensalat
	kcal = 400,9, E = 18,0g, F = 11,9g, KH = 53,5g, BE = 4,4	kcal = 494,0, E = 18,3g, F = 12,6g, KH = 73,9g, BE = 6,2	kcal = 541,6, E = 21,1g, F = 22,4g, KH = 55,7g, BE = 4,6	kcal = 532,5, E = 17,0g, F = 21,4g, KH = 66,2g, BE = 5,4	kcal = 452,0, E = 18,2g, F = 14,0g, KH = 61,9g, BE = 5,0
tagesmenü 3 vegetarisch	Gemüsesuppe mit Schöberl <b>GACL</b> G'schupfte Mohnnudeln <b>GAC</b> mit hausgemachtem Apfelmus und Bio-Milch <b>G</b>	Überbackene Polentaschnitte <b>G</b> mit Ratatouille <b>A</b> dazu bunter Blattsalat Marmorkuchen <b>GAC</b>	Gefüllter Paprika mit Reis und Gemüse <b>GAC</b> dazu Bio-Salzerdäpfel <b>G</b> und Gemüsesauce <b>GAL</b> Melonensalat	Mediterrane Gemüsesuppe <b>ACFL</b> Bio-Gnocchi mit Tomaten und Basilikum gefüllt <b>A</b> dazu Kräuterrahmsauce <b>GCM</b> und Salat der Saison	Planted Geschnitztes Züricher Art <b>G</b> dazu Bio-Spiralen <b>GA</b> und grüner Salat Obst
	kcal = 665,6, E = 17,3g, F = 15,0g, KH = 110,7g, BE = 8,9	kcal = 305,2, E = 8,4g, F = 17,6g, KH = 26,6g, BE = 2,2	kcal = 325,2, E = 10,0g, F = 6,7g, KH = 54,0g, BE = 4,4	kcal = 450,7, E = 9,0g, F = 17,7g, KH = 61,3g, BE = 4,9	kcal = 474,0, E = 19,1g, F = 13,2g, KH = 65,5g, BE = 5,5
tagesmenü 4	Gemüsesuppe mit Schöberl <b>GACL</b> Putenstreifen in Paprikarahmsauce <b>GA</b> mit Bio-Naturreis <b>G</b> dazu California Salat mit Kürbiskernen	Spinat-Käseknödel <b>GAC</b> mit Champignonsauce <b>GAF</b> dazu bunter Blattsalat Honigjoghurt mit Cornflakes <b>GA</b>	Zucchini cremesuppe <b>GAL</b> Apfelringe im Backteig <b>GA</b> mit Vanillesauce <b>G</b> und Bio-Milch <b>G</b>	Gebackene Hühnerbrust <b>ACF</b> mit Bio-Erdäpfelsalat Obst	Fischburger <b>GACDFMN</b> mit Erdäpfelspalten und grüner Salat Bio-Joghurt mit Beeren <b>G</b>
	kcal = 335,4, E = 22,8g, F = 9,0g, KH = 39,3g, BE = 3,2	kcal = 520,3, E = 21,7g, F = 21,5g, KH = 54,2g, BE = 4,5	kcal = 593,5, E = 14,2g, F = 28,6g, KH = 67,5g, BE = 5,6	kcal = 332,6, E = 19,9g, F = 11,4g, KH = 35,9g, BE = 3,0	kcal = 692,0, E = 25,5g, F = 34,5g, KH = 67,3g, BE = 5,6
jause 1	Kornspitz <b>AF</b> mit Putenkacker und Wassermelone	Mischbrot <b>AF</b> mit Butter laktosefrei <b>G</b> und Tomaten	Meterbrot <b>AF</b> mit Putenextra und ein Pfirsich	Semmel <b>A</b> mit Putenleberstreichwurst und ein Apfel	Haferflockenbrot <b>AF</b> mit hausgemachtem Thunfischaufstrich <b>CDGM</b> und Gurke
	kcal=371, E= 17g, F= 10g, KH = 51g, BE = 4,2	kcal = 363, E = 8g, F = 17g, KH = 45g, BE = 3,7	kcal = 316, E = 11g, F = 6g, KH = 54g, BE = 4,5	kcal = 216, E = 7g, F = 5g, KH = 35g, BE = 3,9	kcal = 311, E = 15g, F = 10g, KH = 39g, BE = 3,2
jause 2 vegetarisch	Kornspitz <b>AF</b> mit Butter <b>G</b> und Wassermelone	Mischbrot <b>AF</b> mit Edamer <b>G</b> und Tomaten	Meterbrot <b>AF</b> mit Streichgouda <b>G</b> und ein Pfirsich	Semmel <b>A</b> mit hausgemachtem Kräuteraufstrich <b>AFG</b> und ein Apfel	Haferflockenbrot <b>AF</b> mit laktosefreier Butter <b>G</b> und Gurke
	kcal = 365, E = 5g, F = 17g, KH = 48g, BE = 4	kcal = 326, E = 16g, F = 9g, KH = 45g, BE = 3,7	kcal = 342, E = 12g, F = 8g, KH = 55g, BE = 4,6	kcal = 234, E = 7g, F = 7g, KH = 36g, BE = 3	kcal = 348, E = 12g, F = 16g, KH = 38g, BE = 3,2