





### MONTAG

je Hauptkomponente

€ 2,10

- Jägeschnitte (gebratene Jagdwurst)  110 g, 352 kcal, EW 12,1 g, KH 16,5 g, Fett 26,4 g · 1, 1a, 3, 7, 10, K, Pö, A
- mit Tomatensoße  100 g, 89 kcal, EW 0,4 g, KH 6,3 g, Fett 6,3 g
- mit Hartkäse gerieben 10 g, 29 kcal, EW 3 g, KH 0 g, Fett 1,8 g · 7, F, K
- Pilzcurry mit Mandelblättchen  200 g, 188 kcal, EW 9,7 g, KH 12 g, Fett 11 g · 8, 8a



### DIENSTAG

- Gemüse-Kartoffelauflauf  160 g, 141 kcal, EW 2,6 g, KH 20,1 g, Fett 5,1 g · 6, 8, 8a, 9, A
- mit Kräutersoße 100 ml, 58 kcal, EW 0,7 g, KH 3,5 g, Fett 4,7 g · lactosefrei verfügbar · 7
- Rindergulasch mit Waldpilzen 200 g, 122 kcal, EW 16,1 g, KH 1,4 g, Fett 5,8 g · 1, 1a, 9, 10


### MITTWOCH

- Fruchtiges Putencurry mit Mango, Ananas und Kokos 200 g, 372 kcal, EW 23,4 g, KH 20,4 g, Fett 19,6 g · 8, 8a, A
- Sommerwirsing orientalisches  200 g, 273 kcal, EW 9 g, KH 11 g, Fett 22 g · 6, 8, 8a
- Hackbraten  100 g, 202 kcal, EW 16,8 g, KH 7,9 g, Fett 11,3 g · 1, 1a, 3, 9, 10
- mit Soße zum Braten  100 g, 52 kcal, EW 1,9 g, KH 1,5 g, Fett 4,4 g

### DONNERSTAG

- Gemüsebolognese  200 g, 162 kcal, EW 3,2 g, KH 14,2 g, Fett 10,3 g · 9
- mit Hartkäse gerieben 10 g, 29 kcal, EW 3 g, KH 0 g, Fett 1,8 g · 7, F, K
- Paniertes Schweineschnitzel  100 g, 211 kcal, EW 18,0 g, KH 17,2 g, Fett 7,6 g · 1, 1a

### FREITAG



- 2 Stück Bratheringsfilet MSC 140 g, 387 kcal, EW 25,9 g, KH 5,8 g, Fett 29,2 g · 1, 1a, 4, 6, 7, 10, F, A, Su
- mit Remouladensoße 100 g, 278 kcal, EW 2,1 g, KH 4,1 g, Fett 28,8 g · 3, 7, 10, Su
- Rinderhacksteak 120 g, 348 kcal, EW 22,8 g, KH 7,2 g, Fett 22,8 g · 1, 1a, 3
- mit Soße zum Braten  100 g, 52 kcal, EW 1,9 g, KH 1,5 g, Fett 4,4 g

je Beilage

€ 1,00

- Salzkartoffeln  160 g, 110 kcal, EW 3,2 g, KH 22,9 g, Fett 0,2 g
- Gemüsecouscous  160 g, 121 kcal, EW 3,4 g, KH 17,4 g, Fett 4,3 g · 1, 1a, 9
- Spirelli  160 g, 256 kcal, EW 6,0 g, KH 35,5 g, Fett 9,7 g · 1, 1a

- Salzkartoffeln  160 g, 110 kcal, EW 3,2 g, KH 22,9 g, Fett 0,2 g
- Kartoffelecken  160 g, 191 kcal, EW 2,8 g, KH 19,8 g, Fett 10,9 g

- Salzkartoffeln  160 g, 110 kcal, EW 3,2 g, KH 22,9 g, Fett 0,2 g
- Vollkornreis  120 g, 139 kcal, EW 2,8 g, KH 29,6 g, Fett 0,8 g





- Bunte Makkaroni  160 g, 225 kcal, EW 6,7 g, KH 37,7 g, Fett 5,0 g · 1, 1a
- Kartoffelecken  160 g, 191 kcal, EW 2,8 g, KH 19,8 g, Fett 10,9 g
- Salzkartoffeln  160 g, 110 kcal, EW 3,2 g, KH 22,9 g, Fett 0,2 g




- Salzkartoffeln  160 g, 110 kcal, EW 3,2 g, KH 22,9 g, Fett 0,2 g
- Gnocchi 160 g, 330 kcal, EW 5,2 g, KH 64,4 g, Fett 5,7 g · 1, 1a, 3, 7


je Gemüse / Salat

€ 1,00

- Gemischter Blattsalat  65 g, 42 kcal, EW 1,7 g, KH 2,9 g, Fett 2,4 g
- Brokkoli  100 g, 80 kcal, EW 4,7 g, KH 3,4 g, Fett 5,2 g · naturell

- Gemischter Blattsalat  65 g, 42 kcal, EW 1,7 g, KH 2,9 g, Fett 2,4 g
- Krautsalat  80 g, 74 kcal, EW 2,1 g, KH 2,5 g, Fett 6,1 g · A
- Feine grüne Erbsen  100 g, 82 kcal, EW 6,5 g, KH 13,4 g, Fett 0,6 g
- Wintergemüsemischung  130 g, 141 kcal, EW 6,4 g, KH 4,7 g, Fett 10,6 g · naturell

- Gemischter Blattsalat  65 g, 42 kcal, EW 1,7 g, KH 2,9 g, Fett 2,4 g
- Möhrengemüse  100 g, 61 kcal, EW 1,1 g, KH 5,2 g, Fett 4,1 g
- Grüne Bohnen  130 g, 63 kcal, EW 3,4 g, KH 8,3 g, Fett 1,3 g

- Gemischter Blattsalat  65 g, 42 kcal, EW 1,7 g, KH 2,9 g, Fett 2,4 g
- Rahmchampignons 130 g, 45 kcal, EW 4,0 g, KH 6,2 g, Fett 3,4 g · lactosefrei verfügbar, leicht gebunden · 7
- Möhrenrohkost  80 g, 84 kcal, EW 0,4 g, KH 6,0 g, Fett 6,5 g · A


- Gemischter Blattsalat  65 g, 42 kcal, EW 1,7 g, KH 2,9 g, Fett 2,4 g
- Pfannengemüse  130 g, 104 kcal, EW 1,5 g, KH 4,2 g, Fett 7,7 g


je Eintellergericht



€ 3,00

- Milchreis mit Zucker und Zimt 400 g, 543 kcal, EW 14,7 g, KH 88,2 g, Fett 14,2 g · 7
- Apfelmark  80g, 52 kcal, EW 0,2 g, KH 12,1 g, Fett 0,2 g · K

- Käsespätzle mit Röstzwiebeln 300 g, 603 kcal, EW 25,5 g, KH 47,8 g, Fett 34,6 g · 1, 1a, 3, 7, 9

- Linsentopf mit Knackerscheiben  400 ml, 455 kcal, EW 27,4 g, KH 42,0 g, Fett 17,6 g · 9, Pö, A, Ph

- Polentagrießbrei 400 g, 393 kcal, EW 14,4 g, KH 54,5 g, Fett 12,7 g · 7
- mit Sauerkirschoße  100 g, 62 kcal, EW 1,5 g, KH 7,3 g, Fett 2,5 g

LEGENDE: 1) enthält glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, 1a) Weizen, 3) enthält Eier und Eierzeugnisse, 4) enthält Fisch und Fischerzeugnisse, 6) enthält Soja und Sojaerzeugnisse, 7) enthält Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Lactose), 8) enthält Schalenfrüchte sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, 8a) Mandel, 9) enthält Sellerie und Sellerieerzeugnisse, 10) enthält Senf und Senferzeugnisse, F) mit Farbstoff, K) mit Konservierungsstoffen, Pö) mit Nitrtpökelsalz und Nitrat, A) mit Antioxidationsmitteln, Ph) mit Phosphat, Su) mit Süßungsmitteln, kcal = Kilocalorien, EW = Eiweiß, KH = Kohlenhydrate, \* kann Spuren enthalten von,  vegan,  enthält Schweinefleisch, MSC Fisch aus nachhaltiger Fischerei. Die Speisen werden mit Oliven- und Rapsöl zubereitet. Kreuzkontaminationen können nicht ausgeschlossen werden.

Änderungen vorbehalten!