

# Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

08.12.2025 - 14.12.2025



KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	<b>Geflügelfrikadelle in Kräutersauce mit Reis</b> a,a1,c,g,j	<b>Nudel - Tomatensuppe mit Brotbeilage</b> 3,5,a,a1,c,g,l	<b>Gemüselasagne</b> a,a1,c,g,i	<b>Vegetarische panierte Schnitte mit Püree und Rahmsauce</b> a,a1,a4,g	<b>Kabeljau in Maispanade ,Kräutersauce und Rahmkartoffeln</b> a,a1,d,g
	1139 kJ, 270 kcal, 7,94g Fett, 3,39g ges. FS, 36,05g KH, 1,17g Zucker, 13,21g Eiweiß, 1,01g Salz	2013 kJ, 476 kcal, 7,74g Fett, 4,36g ges. FS, 80,50g KH, 17,60g Zucker, 16,42g Eiweiß, 0,96g Salz	677 kJ, 162 kcal, 5,61g Fett, 3,47g ges. FS, 19,97g KH, 5,61g Zucker, 5,94g Eiweiß, 1,57g Salz	1361 kJ, 323 kcal, 7,75g Fett, 1,56g ges. FS, 51,95g KH, 5,87g Zucker, 8,43g Eiweiß, 1,67g Salz	1615 kJ, 385 kcal, 13,24g Fett, 6,11g ges. FS, 48,24g KH, 2,58g Zucker, 16,11g Eiweiß, 2,21g Salz
Vegetarische Alternative	<b>Vegetarische Gemüsebällchen</b> a,a1,f				<b>vegetarisches Ozeanfilet</b>
Salat + Rohkost	<b>Rohkost nach Saison</b>		<b>Rohkost nach Saison</b>	<b>Rohkost nach Saison</b>	<b>Rohkost nach Saison</b>
Dessert + Obst	<b>Obst nach Saison</b>	<b>Fruchtjoghurt</b> 1,g	<b>Obst nach Saison</b>	<b>Obst nach Saison</b>	<b>Obst nach Saison</b>

**Nährwertangaben pro Portion** kJ/kcal: Brennwert Ges. FS: gesättigte Fettsäuren KH: Kohlenhydrate

**Legende Allergene und Zusatzstoffe:** 1 = mit Farbstoff/en, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt,

a = Glutenthaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a4 = Hafer,

c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse,

f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse,

g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose),

i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse. i = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse.

