

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

08.12.2025 - 14.12.2025



| KW 50 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--------------------------|--|---|--|---|---|
| Hauptgericht | Geflügelfrikadelle in Kräutersauce mit Reis a,a1,c,g,j | Nudel - Tomatensuppe mit Brotbeilage 3,5,a,a1,c,g,l | Gemüselasagne a,a1,c,g,i | Vegetarische panierte Schnitte mit Püree und Rahmsauce a,a1,a4,g | Kabeljau in Maispanade ,Kräutersauce und Rahmkartoffeln 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 | Vegetarische Gemüsebällchen a,a1,f | | | | vegetarisches Ozeanfilet |
| Salat + Rohkost | Rohkost nach Saison | | Rohkost nach Saison | Rohkost nach Saison | Rohkost nach Saison |
| Dessert + Obst | Obst nach Saison | Fruchtjoghurt 1,g | Obst nach Saison | Obst nach Saison | Obst nach Saison |

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 = Glutenhaltiges 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.

