

# Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

22.09.2025 - 28.09.2025



KW 39	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	<b>Vegetarisches Schnitzel, mit Reis und Rahmsauce</b> a,a1,a4,g	<b>Nudel - Tomatensuppe mit Brotbeilage</b> 3,5,a,a1,c,g,l	<b>Kartoffeltaschen mit Kräuterdip und Gemüsesticks</b> a,a1,c,g,j	<b>Rinderfrikadellen mit Gemüse und Kartoffelbeilage</b> 3,5,a,a1,c,g,j,l	<b>Rotbarschfilet in Dillrahmsauce mit Kräuterkartoffeln</b> a,a1,d,g,j
	1361 kJ, 323 kcal, 7,75g Fett, 1,56g ges. FS, 51,95g KH, 5,87g Zucker, 8,43g Eiweiß, 1,67g Salz	2013 kJ, 476 kcal, 7,74g Fett, 4,36g ges. FS, 80,50g KH, 17,60g Zucker, 16,42g Eiweiß, 0,96g Salz	1665 kJ, 400 kcal, 23,63g Fett, 5,98g ges. FS, 35,50g KH, 7,18g Zucker, 9,25g Eiweiß, 2,50g Salz	1379 kJ, 328 kcal, 9,48g Fett, 4,02g ges. FS, 40,58g KH, 6,08g Zucker, 17,61g Eiweiß, 3,37g Salz	1300 kJ, 309 kcal, 9,32g Fett, 1,13g ges. FS, 38,28g KH, 1,45g Zucker, 16,24g Eiweiß, 1,18g Salz
Vegetarische Alternative				<b>Vegetarische Hackbällchen</b> a,a1,f	<b>vegetarisches Fischfilet</b>
Salat + Rohkost	<b>Rohkost nach Saison</b>		<b>Rohkost nach Saison</b>		<b>Blattsalat</b> 3,5,a,a1,c,g,j,l
Dessert + Obst	<b>Obst nach Saison</b>	<b>Apfelquark mit Walnuß</b> 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:** 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), j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse,  
l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l

