

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

02.03.2026 - 08.03.2026



KW 10	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Chili con cane mit Reis 1,4,i	Linsensuppe mit Einlage 2,3,8,a,a1,g,i	Falafelbällchen mit Reis, Gemüse und Sauce a,a1,c,g,j	Geflügelcurrywurst mit Wedges 11,i,j	Schlemmerfilet mit Brokkoli und Bulgur a,a1,d,g
	1410 kJ, 334 kcal, 7,06g Fett, 3,43g ges. FS, 52,60g KH, 7,20g Zucker, 12,72g Eiweiß, 1,41g Salz	1474 kJ, 350 kcal, 7,47g Fett, 2,84g ges. FS, 48,37g KH, 3,8g Zucker, 17,6g Eiweiß, 1,20g Salz	1796 kJ, 431 kcal, 20,97g Fett, 2,01g ges. FS, 41,08g KH, 6,76g Zucker, 13,13g Eiweiß, 1,56g Salz	2075 kJ, 495 kcal, 21,75g Fett, 5,61g ges. FS, 52,89g KH, 11,15g Zucker, 18,97g Eiweiß, 3,41g Salz	1340 kJ, 319 kcal, 10,51g Fett, 2,48g ges. FS, 35,10g KH, 2,89g Zucker, 18,34g Eiweiß, 0,84g Salz
Vegetarische Alternative	Chili sin carne mit Reis a,a3,f,i			Vegetarische Bratrolle c	vegetarisches Ozeanfilet
Salat + Rohkost	Bunter Salat a,a1,c,g,j		Rohkost nach Saison	Rohkost nach Saison	
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Pudding	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, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenthaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, 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),