

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

09.03.2026 - 15.03.2026



KW 11	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Reis a,a1,g	Blumenkohlcremesuppe g,i	Tortellini mit feinem Gemüse in Rahmsauce a,a1,c,g	Putenhackbraten mit Erbsen und Möhren dazu Kartoffelpüree 3,5,8,a,a1,c,g,j,l	Fischfilet mit Rahmsauce und Bulgur a,a1,d,g
	1065 kJ, 251 kcal, 2,76g Fett, 1,12g ges. FS, 47,04g KH, 6,96g Zucker, 6,45g Eiweiß, 1,19g Salz	315 kJ, 76 kcal, 3,96g Fett, 0,48g ges. FS, 6,59g KH, 5,47g Zucker, 2,61g Eiweiß, 0,10g Salz	2071 kJ, 492 kcal, 10,21g Fett, 4,81g ges. FS, 75,87g KH, 5,91g Zucker, 20,84g Eiweiß, 1,22g Salz	9 kJ, 2 kcal, 0,07g Fett, 0,02g ges. FS, 0,25g KH, 0,04g Zucker, 0,12g Eiweiß, 0,02g Salz	1378 kJ, 327 kcal, 8,87g Fett, 1,92g ges. FS, 43,95g KH, 1,82g Zucker, 16,22g Eiweiß, 1,42g Salz
Vegetarische Alternative				Vegetarische Frikadelle a,a2,c,i	vegetarisches Ozeanfilet
Salat + Rohkost	Rohkost nach Saison		Rohkost nach Saison		Rohkost nach Saison
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Obst nach Saison	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: 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en,

a = Glutenthaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a2 = Roggen,

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

g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose),

i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse,



l = Schwefeldioxid und Sulfite > 10 mg/kg oder 10mg/l