

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

14.09.2026 - 20.09.2026



KW 38	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Hähnchengeschnezeltes in Rahmsauce mit Reis a,a1,g,i	Linsensuppe mit Einlage 2,3,8,a,a1,g,i	Spaghetti Bolognese a,a1,i	Gnocchi Gemüsepfanne 3,a,a1,i	Rotbarschfilet in Dillrahmsauce mit Kräuterkartoffeln a,a1,d,g,j
	1158 kJ, 274 kcal, 5,39g Fett, 2,57g ges. FS, 39,32g KH, 3,49g Zucker, 16,04g Eiweiß, 1,44g Salz	1474 kJ, 350 kcal, 7,47g Fett, 2,84g ges. FS, 48,37g KH, 3,8g Zucker, 17,6g Eiweiß, 1,20g Salz	2123 kJ, 503 kcal, 9,92g Fett, 4,78g ges. FS, 77,23g KH, 9,48g Zucker, 23,21g Eiweiß, 0,77g Salz	1267 kJ, 299 kcal, 0,96g Fett, 0,35g ges. FS, 60,80g KH, 6,39g Zucker, 8,41g Eiweiß, 1,99g 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	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Reis a,a1,g		Spaghetti mit Sojabolognese a,a1,a3,f,i		vegetarisches Ozeanfilet
Salat + Rohkost	Rohkost nach Saison		Gurkensalat 3,5,j,l	Rohkost nach Saison	Bunter Salat a,a1,c,g,j
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Milchreis 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: 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 8 = mit Phosphat/en, a = Glutenhaltiges 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),



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