

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

16.03.2026 - 22.03.2026



KW 12	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Kartoffeltaschen mit Kräuterdip und Gemüsesticks a,a1,c,g,j	Hühnersuppentopf a,a1,c,g,i	Kalbfleischklöße mit Letchosauce und Reis a,a1,c	Rührei mit Rahmspinat und Püree 3,5,c,g,l	Spaghetti mit Thunfisch - Tomatensauce a,a1,d,g
	1665 kJ, 400 kcal, 23,63g Fett, 5,98g ges. FS, 35,50g KH, 7,18g Zucker, 9,28g Eiweiß, 2,50g Salz	1178 kJ, 282 kcal, 4,51g Fett, 1,89g ges. FS, 45,82g KH, 4,61g Zucker, 13,01g Eiweiß, 2,86g Salz	1154 kJ, 274 kcal, 7,70g Fett, 3,52g ges. FS, 37,89g KH, 5,05g Zucker, 12,29g Eiweiß, 2,15g Salz	1337 kJ, 319 kcal, 13,24g Fett, 6,89g ges. FS, 32,47g KH, 3,38g Zucker, 14,96g Eiweiß, 2,94g Salz	2039 kJ, 481 kcal, 4,45g Fett, 2,30g ges. FS, 84,73g KH, 17,34g Zucker, 21,04g Eiweiß, 0,28g Salz
Vegetarische Alternative		Nudelsuppe a,a1,c	Vegetarische Frikadelle a,a2,c,i		Nudeln mit Tomatensauce und Pesto 2,a,a1,c,g
Salat + Rohkost	Rohkost nach Saison		Rohkost nach Saison		Rohkost nach Saison
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Joghurt mit Honig 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,

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