

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

23.03.2026 - 29.03.2026



KW 13	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Gemüsebagel mit Kräuterreis und Dip a,a1,c,g,i,j	Geflügelcremesuppe g,i	Geflügelcurrywurst mit Wedges 11,i,j	Gnocchi mit Kirschtomaten und Blattspinat 3,a,a1	Kabeljauloins auf Kokoslinsen d,i
	1816 kJ, 433 kcal, 18,20g Fett, 1,56g ges. FS, 55,12g KH, 4,59g Zucker, 10,87g Eiweiß, 0,78g Salz	690 kJ, 165 kcal, 9,02g Fett, 3,81g ges. FS, 8,40g KH, 3,06g Zucker, 12,13g Eiweiß, 4,01g Salz	2075 kJ, 495 kcal, 21,75g Fett, 5,61g ges. FS, 52,89g KH, 11,15g Zucker, 18,97g Eiweiß, 3,41g Salz	1292 kJ, 305 kcal, 1,09g Fett, 0,40g ges. FS, 60,92g KH, 6,67g Zucker, 9,21g Eiweiß, 1,98g Salz	2795 kJ, 671 kcal, 39,33g Fett, 18,73g ges. FS, 33,81g KH, 13,53g Zucker, 42,40g Eiweiß, 0,50g Salz
Vegetarische Alternative		Gemüse-Cremesuppe g,i	Vegetarische Bratrolle c		vegetarisches Ozeanfilet
Salat + Rohkost	Gurkensalat 3,5,j,l			Rohkost nach Saison	Rohkost nach Saison
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Fruchtquark 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: 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 3 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, a = Glutenthaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, 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