Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

23.11.2026 - 29.11.2026

KW 48	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	**Chili con cane mit Reis** 1,4,i	**Kartoffelsuppe mit einem Geflügel Wiener Würstchen** 2,3,8,a,a1,g,i	**Nudeln mit Hähnchen und Preiselbeersahne** a,a1,c,g,i	**Chickennuggets mit Wedges und Dip** 8,a,a1,c,j	**Seelachsfilet in Kartoffelkruste, mit Gemüse und Kartoffelpüree** 3,5,a,a1,d,g,l
	1410 kJ, 334 kcal, 7,06g Fett, 3,43g ges. FS, 52,60g KH, 7,20g Zucker, 12,72g Eiweiß, 1,41g Salz	1199 kJ, 285 kcal, 9,69g Fett, 5,06g ges. FS, 38,96g KH, 3,43g Zucker, 8,90g Eiweiß, 1,31g Salz	2444 kJ, 580 kcal, 15,40g Fett, 7,52g ges. FS, 62,41g KH, 7,74g Zucker, 46,59g Eiweiß, 0,10g Salz	2941 kJ, 703 kcal, 34,55g Fett, 3,94g ges. FS, 70,25g KH, 6,99g Zucker, 25,36g Eiweiß, 2,47g Salz	1424 kJ, 338 kcal, 10,72g Fett, 2,76g ges. FS, 44,14g KH, 3,25g Zucker, 14,88g Eiweiß, 3,36g Salz
Vegetarische Alternative	**Chili sin carne mit Reis** a,a3,f,i		**Brokkoli-Nudeln**	**Gemüsenuggets** a,a1,g	**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: 1 = mit Farbstoff/en, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel,
4 = mit Geschmacksverstärker, 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),