

Speiseplan "Wo ist Tom?" Cäsarstraße

28.09.2026 - 04.10.2026



KW 40	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	Nudeln mit Hähnchen und Preiselbeersahne a,a1,c,g,i	Curry-Cremesuppe mit Hähnchenfleisch und Reis g,i	Gnocchi mit Kirschtomaten und Blattspinat 3,a,a1	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Reis a,a1,g	Knusperfischfilet mit Käse- Kräuterfüllung , Kartoffelbeilage a,a1,d,g
	2444 kJ, 580 kcal, 15,40g Fett, 7,52g ges. FS, 62,41g KH, 7,74g Zucker, 46,59g Eiweiß, 0,10g Salz	372 kJ, 89 kcal, 5,06g Fett, 1,67g ges. FS, 9,56g KH, 5,40g Zucker, 0,97g Eiweiß, 1,07g Salz	1292 kJ, 305 kcal, 1,09g Fett, 0,40g ges. FS, 60,92g KH, 6,67g Zucker, 9,21g Eiweiß, 1,98g Salz	1065 kJ, 251 kcal, 2,76g Fett, 1,12g ges. FS, 47,04g KH, 6,96g Zucker, 6,45g Eiweiß, 1,19g Salz	1267 kJ, 302 kcal, 11,29g Fett, 2,83g ges. FS, 35,32g KH, 1,42g Zucker, 13,35g Eiweiß, 1,24g Salz
Vegetarische Alternative	Brokkoli-Nudeln			Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce und Reis a,a1,g	vegetarisches Ozeanfilet
Salat + Rohkost	Rohkost nach Saison		Bunter Salat a,a1,c,g,j		Rohkost nach Saison
Dessert + Obst	Obst nach Saison	Schokoladenpudding 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: 3 = mit Antioxidationsmittel,

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



