





Plan 1 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Frikadelle mit grünen Bohnen und Kartoffelpüree 	Erseneintopf mit Geflügel-Wiener und Gerstebrot	Fleischbällchen mit Ratatouille und Gnocchis 	Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen-Mais-Gemüse und Kartoffelpüree	Mariniertes Putensteak mit Zitronensauce, Brokkoli und gebackenen Röstitalern
	520 kcal, 31,6g EW, 26g F, 35g KH G,M,3,17,20,22,23	628 kcal, 33g EW, 33,5g F, 45,7g KH G,1,3,22	494 kcal, 20,8g EW, 16,5g F, 16,8g KH G,17,22	350,4 kcal, 21,2g EW, 3,95g F, 50,14g KH G,M,3,17,20,22,23	507 kcal, 30,9g EW, 25,5g F, 37,3g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 2 Trendline	Große Frühlingsrollen mit Süß-Sauer-Sauce und Reis	Auflauf mit Vollkornnudeln, Tomaten-Basilikumsauce und gratiniertem Käse	Pfannkuchen mit Apfelmus, Zimt und Zucker	Eierauflauf mit Rahmspinat und kleinen Kartoffeln	Kartoffel-Frischkäse-Taschen mit buntem Zucchini-Gemüse und Kräutersauce
	533 kcal, 10,3g EW, 9,7g F, 101,5g KH G,M,4,17,22	295 kcal, 17g EW, 10,6g F, 32,4g KH G,M,1,2,17,20,22,23	1037 kcal, 21,8g EW, 44,3g F, 135g KH G,M	380 kcal, 20,7g EW, 21,3g F, 29,15g KH G,M,17,20,22,23	513 kcal, 8,6g EW, 30g F, 52g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Spaghetti mit Tomaten Basilikum Sauce und geriebenem Parmesan	Mini Rostbratwürste mit Senf, Sauerkraut und gedämpften Kartoffeln 	Geschnetzeltes vom Rind mit bunten Paprikastreifen und Petersilienreis	Hackpfanne mit Balkangemüse und Reis 	Tortellini mit Rindfleisch in Rahmsauce
	390 kcal, 21,5g EW, 6,5g F, 63g KH G,M,1,17,20,22,23	660 kcal, 30,6g EW, 44,7g F, 29,5g KH 22,23	334 kcal, 26,25g EW, 5g F, 47,38g KH G,M,17,20,22,23	387 kcal, 14,25g EW, 21g F, 48,6g KH G,M,17,20,22,23	770 kcal, 25g EW, 36g F, 85,4g KH G,M,1,17,20,22,23
Dessert	Schokoladenpudding mit bunten Streuseln	Frisches Obst	Mangoquark	Frisches Obst	Bayerisch Crème
	129 kcal, 3,2g EW, 3,3g F, 21,5g KH G,M,17,20,21	kcal, EW, F, KH	241 kcal, 0,5g EW, 0,1g F, 59g KH M	kcal, EW, F, KH	240 kcal, 4g EW, 18g F, 16g KH M
Salat	Icebergsalat mit Weißkohl, Mais und Kidneybohnen	Romana mit Gurke, Ananas und Streifen von geräucherter Putenbrust	Icebergsalat mit gekochtem Ei, Käse und Kochschinken	Lollo Rosso mit Gurke, Tomate, Paprika und Thunfisch	Icebergsalat mit Pepperoni, Paprika und Croûtons
	148 kcal, 6,25g EW, 1g F, 23,9g KH	121 kcal, 13,1g EW, 2,3g F, 13,4g KH 1,3,22	349 kcal, 31,5g EW, 23,8g F, 1,73g KH 1,2,3,17	106 kcal, 18,5g EW, 0,9g F, 5g KH	118 kcal, 3,3g EW, 4,7g F, 14,4g KH G
Fast Food Empelde	Currywurst mit fruchtiger Currysauce und Pommes Frites	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	Currywurst mit fruchtiger Currysauce und Pommes Frites	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	
	777 kcal, 26g EW, 49,5g F, 54,7g KH 1,3,4,22,23	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	777 kcal, 26g EW, 49,5g F, 54,7g KH 1,3,4,22,23	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
 M= Milch und Milchprodukte

Plan 2 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Spätzlepfanne mit Paprika, Kaiserschoten, Putenstreifen und Tomaten-Hollandaise	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Backofenkroketten	Panierte Hähnchenbrust mit Paprikasauce und Salzkartoffeln	Königsberger Klopse in Rahmsauce mit gedämpften Kartoffeln und Rote-Rüben-Salat	Rinderbraten mit Sauce, Blumenkohl und Kartoffelpüree
	748 kcal, 31,6g EW, 49g F, 45,2g KH G,M,17,20,22,23	738 kcal, 30g EW, 41g F, 60g KH G,M,1,17,23	313 kcal, 35g EW, 2,5g F, 35g KH G,M,17,20,22,23	631 kcal, 18,2g EW, 41g F, 46,8g KH G,M,1,4,17,20,22,23	365 kcal, 41,6g EW, 8,5g F, 22,7g KH G,M,3,17,20,22,23
Tagesgericht 2 Trendline	Spaghetti mit Pestosauce und geriebenem Parmesan	Maultaschen mit Frischkäsesauce und Erbsen-Möhren-Spargel-Gemüse	Vegetarisches Knusper-Schnitzel mit Tomaten-Sauce, kleinem Salat und Kartoffeln	Gratin vom Brokkoli mit Heidekartoffeln und kleinem Salat	Bunte Gemüsevariation mit Kartoffeln und Kräuterquark
	442 kcal, 18,7g EW, 14g F, 61,5g KH G,M,1,3,17,20,22,23	420 kcal, 15g EW, 20,6g F, 43,8g KH G,M,17,20,22,23	370 kcal, 13g EW, 7,5g F, 61g KH G,M,17,20,22,23	324 kcal, 14,3g EW, 14,7g F, 30g KH G,M,1,2	246 kcal, 18,3g EW, 0,5g F, 35,3g KH M
Tagesgericht 3	Ofenkartoffel mit Kräuterquark und kleinem Salat	Kartoffel - Gemüse - Eintopf mit Hühnchen - fleisch und Weißbrot Spargel-Gemüse	Kleines mariniertes Nackensteak mit Kaisergemüse und Bratkartoffeln	Buntbarsch mit Basilikumsauce, Möhren und Farfalle	Zartes Hühnerragout mit roten Zwiebeln, Gemüswürfeln und Reis
	294 kcal, 24,2g EW, 0,4g F, 45,4g KH M	271 kcal, 24,7g EW, 6g F, 27,4g KH G,M,20	499 kcal, 24,5g EW, 28g F, 30g KH G,M,3,17,20,22,23	552 kcal, 37,8g EW, 17g F, 61,6g KH G,M,17,20,22,23	419 kcal, 27,7g EW, 13g F, 9g KH G,M,17,20,22,23
Dessert	Bananencreme	Frisches Obst	Himbeeryoghurt	Frisches Obst	Flammerie mit gerösteten Mandeln
	105 kcal, 3,4g EW, 1,6g F, 19g KH M	kcal, EW, F, KH	95 kcal, 3,3g EW, 2,6g F, 14,6g KH M	kcal, EW, F, KH	95 kcal, 3,6g EW, 1,5g F, 43g KH G
Salat	Römer Salat mit Tomate, Paprika, Gurke und Kürbiskernen	Iceberg Mix mit Fetakäse und bunten Paprikastreifen	Rohkost Teller mit Rotkraut, Weißkohl, Karotte und Feldsalat	Iceberg Mix mit gelben Melonenbällchen und Schinkenstreifen	Lollo Bionda mit Kohlrabi, Radieschen und Röstzwiebeln
	84 kcal, 4,5g EW, 5,3g F, 6,7g KH	221 kcal, 11,5g EW, 18g F, 3g KH M	165 kcal, 1,9g EW, 7,7g F, 20,4g KH 1,3,4	145 kcal, 12g EW, 6g F, 10g KH 1	39 kcal, 2,5g EW, 0,9g F, 5,3g KH G
Fast Food Empelde	Puten Gyros mit Krautsalat, Kräuterquark und Fladenbrot	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Kartoffelspalten	Puten Gyros mit Krautsalat, Kräuterquark und Fladenbrot	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Kartoffelspalten	
	525 kcal, 67,7g EW, 6,7g F, 42,3g KH G,M,3	758 kcal, 31,6g EW, 41g F, 65g KH G,M,1,2,17,23	525 kcal, 67,7g EW, 6,7g F, 42,3g KH G,M,3	758 kcal, 31,6g EW, 41g F, 65g KH G,M,1,2,17,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

- 1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel Saccharin/
- 5=Süßungsmittel Cyclamat/
- 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
- 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
- 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
- 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
- 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
- 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
- 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
M= Milch und Milchprodukte

Plan 3 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Hähnchenbrust mit gelben Rüben, Reis und Kräutersauce	Hühnersuppe mit buntem Gemüse, kleinen Muschelnudeln und Toastbrot	Gebratenes Rindfleisch mit Chinagemüse, und Sesamreis	Fischstäbchen mit buntem Kartoffel-Gurken-Salat und Remouladensauce	Hähnchen Cordon Bleu mit Rahmsauce, Kaisergemüse und kleinen Kartoffeln
	462 kcal, 29,5g EW, 14,6g F, 15,7g KH G,M,17,20,22,23	368 kcal, 22,8g EW, 16g F, 32,4g KH G,M,20	456 kcal, 36g EW, 7g F, 63,6g KH 4,24	919 kcal, 33g EW, 63g F, 58g KH G,2,4,17,23	485 kcal, 37g EW, 16g F, 40,7g KH G,M,1,3,17,20,22,23
Tagesgericht 2 Trendline	Eier in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Apfel-Möhren-Salat	Tortellini mit Ricotta und Spinat in Tomatensauce und Parmesan	Milchreis mit Erdbeersauce und weißer Schokolade	Grünkern-Käse-Burger mit fruchtiger Salsa und herzhaften Wedges	Penne Nudeln mit Gemüswürfeln in Pesto Rosso-Sauce
	523 kcal, 26g EW, 29,4g F, 37,3g KH G,M,1,3,4,17,20,22,23	522 kcal, 29g EW, 8,6g F, 81,4g KH G,M,1,17,20,22,23	592 kcal, 12g EW, 6g F, 121,8g KH M,20	635 kcal, 31,7g EW, 33,6g F, 53,5g KH G,M,2,17,20,22,24	654 kcal, 15,8g EW, 28,3g F, 83g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Gemüseknusper-Frikadelle mit Kartoffeln, kleinem Salat und Limonen-Dip	Putengeschnetzeltes mit Champignons und Röstlingen	Nudel-Hack-Auflauf mit Tomatensauce und Käse gratiniert	Kasseler mit Majoran-Sauce, geschmortem Weißkohl und Herzoginkartoffeln	Kleine Frikadellen im Tomaten-Gemüse-Ragoût mit Reis
	571 kcal, 14g EW, 5g F, 69g KH G,M,22	509 kcal, 27g EW, 28,8g F, 35,8g KH G,M,17,20,22,23	623 kcal, 25,4g EW, 26,8g F, 62g KH G,M,2,17,20,22,23	348 kcal, 29,6g EW, 15g F, 20,4g KH G,M,1,3,17,20,22,23	631 kcal, 37g EW, 28,4g F, 19g KH G,M,17,20,22,23
Dessert	Götterspeise mit Waldmeister und Vanillesauce	Frisches Obst	Joghurt mit Honig und Knuspermüsli	Frisches Obst	Erdbeerpudding
	86 kcal, 2g EW, 0,6g F, 17,6g KH 2,17,20,21	kcal, EW, F, KH	147 kcal, 5g EW, 6g F, 17,7g KH G,M	kcal, EW, F, KH	106 kcal, 3g EW, 3g F, 17g KH M,2
Salat	Iceberg Mix mit Tomate, Gouda und Apfelwürfeln	Lollo Rosso mit Weißkohl und roter Paprika	Iceberg Mix mit Gurke, Mais und Thunfisch	Lollo Bionda mit gekochtem Ei, Kidney Bohnen und Croûtons	Iceberg Mix mit geräucherter Putenbrust und Pfirsichwürfeln
	344 kcal, 20g EW, 23,6g F, 12,3g KH M,2,3	79 kcal, 1,7g EW, 3g F, 10g KH 3	150 kcal, 20g EW, 1,3g F, 12g KH	247 kcal, 10,5g EW, 9g F, 28g KH G	127 kcal, 13,3g EW, 1,2g F, 15,6g KH 1,3,22
Fast Food Empelde	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	Currywurst mit fruchtiger Currysauce und Pommes Frites	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	Currywurst mit fruchtiger Currysauce und Pommes Frites	
	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	777 kcal, 26g EW, 49,5g F, 54,7g KH 1,3,4,22,23	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	777 kcal, 26g EW, 49,5g F, 54,7g KH 1,3,4,22,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel Saccharin/
5=Süßungsmittel Cyclamat/
6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
10=chinhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärtzt/
14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
M= Milch und Milchprodukte

Plan 4 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Rote Paprikaschote mit Sauce und Reis	Kartoffel-Kürbis Eintopf mit Hühnchen, Tomate, Lauch, Crème Fraîche und Gerstebrot	Da Tonis Pizza Tag Pizza mit Salami und kleinem Salat	Karotten-Lachs Lasagne mit Kräutersauce	Rinder-Cevapcici mit Gurkenquark, Krautsalat und Kräuterbaguette
	447 kcal, 23g EW, 12g F, 61,6g KH G,M,17,20,22,23	348 kcal, 20g EW, 16,7g F, 27,7g KH G,M	599 kcal, 20g EW, 20,5 g F, 79,5g KH G,M,1,2,3	471 kcal, 26,5g EW, 34,7g F, 14g KH G,M,1,2,17,20,22,23	622 kcal, 41,5g EW, 34,4g F, 30,6g KH G,M,17,20
Tagesgericht 2	Gebackener Fetakäse mit Ratatouille und gebratenen Kartoffeln	Gnocchis mit Kaiserschoten, Möhrenkugeln, Mais und Sauce Hollandaise	Da Tonis Pizza Tag Pizza mit Brokkoli und Paprika und kleinem Salat	Omelette mit Kaisergemüse, Kartoffeln und Tomatensauce	Gebratene Mi Nudeln mit asiatischem Gemüse und gerösteten Zwiebeln
	605 kcal, 24,4g EW, 32g F, 53,5g KH G,M,17,20,22,23	556 kcal, 10,4g EW, 19,4g F, 83,4g KH G,M,17,20,22,23	609 kcal, 23g EW, 16,8g F, 87g KH G,M,2	400 kcal, 24,6g EW, 20,7g F, 39,4g KH G,M,17,20,22,23	422 kcal, 14,4g EW, 4g F, 81,9g KH G,20,22
Tagesgericht 3	Gratinierte Gemüse-Cannelloni mit Käse-Paprika-Sauce	Schweinebraten mit Rahmsauce, grünen Bohnen und Dampfkartoffeln	Mildes Putencurry mit Gemüsestreifen und Butterreis	Wiener Würstchen mit buntem Nudelsalat und Toastbrot	Fleischkäse mit Bratensauce, geschmortem Weißkohl und Kartoffelpüree
	711 kcal, 25g EW, 26g F, 83,8g KH G,M,2,17,20,22,23	508 kcal, 27,7g EW, 27g F, 32,7g KH G,M,17,20,22,23	456 kcal, 25,5g EW, 16,5g F, 12,9g KH G,M,17,20,22,23	858 kcal, 22,5g EW, 62,8g F, 49g KH G,M,1,2,3,17,20,23	472 kcal, 19,3g EW, 30g F, 28,9g KH G,M,1,3,17,20,22,23
Dessert	Mandarinenkompott	Frisches Obst	Kirsquark	Frisches Obst	Limonen-Joghurt
	46 kcal, 0,7g EW, 0,3g F, 14g KH	kcal, EW, F, KH	116 kcal, 5,6g EW, 2,6g F, 17g KH M	kcal, EW, F, KH	75 kcal, 4g EW, 3,8g F, 5,5g KH M
Salat	Rohkost Teller mit Rotkraut, Weißkraut und Gurkensalat	Iceberg Mix mit gekochtem Ei und Thunfisch	Bunte Blattsalate mit Fetakäse und Radieschen	Römer Salat mit Steckrübenwürfeln und roter Paprika	Iceberg Mix mit Tomate, Gurke, Möhre und Croûtons
	134 kcal, 1,5g EW, 6,5g F, 16,3g KH 1,3	155 kcal, 24,7g EW, 5,4g F, 1,5g KH 17	243 kcal, 13g EW, 20,7g F, 2,3g KH M	28 kcal, 2g EW, 1,4g F, 4,5g KH	115 kcal, 3,3g EW, 3,4g F, 15,3g KH G
Fast Food Empelde	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	Hähnchennuggets mit Backofenkroketten und kleinem Salat	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	Hähnchennuggets mit Backofenkroketten und kleinem Salat	
	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	698 kcal, 30,3g EW, 34,6g F, 67,5g KH G,M,17	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	698 kcal, 30,3g EW, 34,6g F, 67,5g KH G,M,17	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
M= Milch und Milchprodukte

Plan 5 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Geflügel Frikadelle mit gelber Paprikasauce, Erbsen und Kartoffeln	Wirsingepotp mit Kartoffeln, Geflügelklößchen und Toastecke	Geschnetzeltes vom Schwein mit Champignons und Spiralnudeln	Alaska Seelachsfilet mit Tomaten-Mozzarella-Haube, Kartoffeln und kleinem Salat	Rinderbraten mit Sauce, Brokkoli und Kartoffeln
	390 kcal, 32g EW, 6,7g F, 48g KH G,M,17,20,22,23	272 kcal, 11,7g EW, 9,7g F, 32g KH G,M,20,22	453 kcal, 30,6g EW, 10,4g F, 62,2g KH G,M,17,20,22,23	411 kcal, 28,3g EW, 16g F, 36,9g KH M	375 kcal, 41g EW, 7,9g F, 27g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 2	Gnocchipfanne mit Paprikastreifen, Mais, Prinzessbohnen und milder Salsa	Käsespätzle mit geschmorten Zwiebeln und kleinen Gemüswürfeln	Hefekloß mit Zwetschgenkompott und Vanillesauce	Mildes Gemüse-Chili mit Reis und Sour Cream	Maccheroni mit rahmiger Tomatensauce und Parmesan
	445 kcal, 9,4g EW, 9,4g F, 81,7g KH 4,17	614 kcal, 23g EW, 26,3g F, 71g KH G,M,2,17,20,22,23	527 kcal, 15g EW, 4,4g F, 104,8g KH G,M,17	318 kcal, 9,5g EW, 6,3g F, 17g KH G,17,20,22,23	445 kcal, 22,5g EW, 7,4g F, 75g KH G,M,1,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Blumenkohl-Käse Medaillon mit Kräuter-Hollandaise und Butterkartoffeln	Paniertes Schweineschnitzel mit Möhren in Rahm und Kartoffeln	Putenbraten mit Sauce, Gemüse und Röstinchen	Würstchengulasch mit Gemüse-Allerlei und Spirelli-Nudeln	Gedünstete Hähnchenbrust mit Rahmlauch und Reis
	708 kcal, 12,8g EW, 47g F, 57,5g KH G,M,17,20,22,23	407 kcal, 23g EW, 9,8g F, 55,5g KH G,M,17,20,22,23	413 kcal, 27,6g EW, 14,3g F, 36,5g KH G,M,17,20,22,23	622 kcal, 24,3g EW, 22g F, 80g KH G,M,1,3,4,17,20,22,23	407 kcal, 30g EW, 11g F, 47g KH G,M,17,20,22,23
Dessert	Karamell Crème	Frisches Obst	Heidelbeerjoghurt	Frisches Obst	Schokoladen Crème
	74 kcal, 1,6g EW, 1,7g F, 13g KH M	kcal, EW, F, KH	104 kcal, 3,8g EW, 2,6g F, 15,5g KH M	kcal, EW, F, KH	109 kcal, 3,2g EW, 3,2g F, 16,5g KH G,M,17,20,21
Salat	Iceberg Mix mit Tomaten, Thunfisch und Kidney Bohnen	Bunte Blattsalate mit Kochschinken und Kohlrabistreifen	Rohkost Teller mit Rotkraut, Weißkraut und Bohnensalat	Lollo Bionda mit Radicchio und mariniertem Mais	Iceberg Mix mit kleinen Frikadellen
	173 kcal, 21g EW, 1,5g F, 17,4g KH	89 kcal, 13g EW, 2g F, 4,4g KH 1,3	128 kcal, 1,7g EW, 6,6g F, 14,5g KH 1,3,4	107 kcal, 3,2g EW, 1,5g F, 18,8g KH	483 kcal, 30g EW, 35g F, 11,4g KH G,17
Fast Food Empelde	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Backofenkroketten	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Backofenkroketten	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	
	738 kcal, 30g EW, 41g F, 60,2g KH G,M,1,2,17,23	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	738 kcal, 30g EW, 41g F, 60,2g KH G,M,1,2,17,23	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
 M= Milch und Milchprodukte

Plan 6 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Schnitzel mit Mandel-Brokkoli, gebratenen Semmelknödeln und Schmelzkäse-Sauce	Tomatensuppe mit Reis, Geflügelklößchen und Croûtons	Schweinerücken mit Bratensauce, Erbsen-Möhren-Spargel-Gemüse und Herzoginkartoffeln	Paniertes Pangasiusfilet mit Asia-Gemüse und Wildreisemischung	Chili con carne mit Sauerrahm und Reis
	518 kcal, 35g EW, 9,7g F, 72,4g KH G,M,2,17,20,21,22,23	453 kcal, 22g EW, 17,8g F, 66,8g KH G,M,17,20,22,23	539g kcal, 31,4g EW, 25,6g F, 31,7g KH G,M,17,20,22,23	404 kcal, 28g EW, 3,7g F, 64,6g KH G,M,4,17,18,20,22,23	446 kcal, 20,6g EW, 17,5g F, 51,3g KH G, M,17,20,22,23
Tagesgericht 2	Lasagne mit Blattspinat, Tomate und Kräuterrahm	Vegetarische Bratwurst mit Sauerkraut, Kartoffelpüree und Senf	Grißbrei mit Rhabarberkompott und Zimt&Zucker	Schmetterlingsnudeln in Balsamicosauce mit Tomatenwürfeln und Parmesan	Polenta-Käse-Schnitte an Zitronensauce, Kaisergemüse und Kartoffeln
	289 kcal, 13g EW, 21,6g F, 8,3g KH G,M,2,17,20,22,23	391 kcal, 20,8g EW, 17g F, 33,3g KH M,3,17,20,22,23	360 kcal, 8,8g EW, 6,7g F, 64,6g KH G,M	544 kcal, 19,7g EW, 13,8g F, 85,8g KH G,M,1,17,20,22,23	814 kcal, 18,4g EW, 20,7g F, 136,7g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Vegetarische Klopse mit Senfrahmsauce, Rote Bete und Kartoffeln	Hähnchenschenkel mit Romanesco, Salzkartoffeln und Pesto-Dip	Steak mit Rahmsauce, feinen Erbsen und Salzkartoffeln	Puten-Gyros mit Kräuterquark, Krautsalat und Fladenbrot	Schweinegulasch mit roten Zwiebeln, Paprika und Penne Nudeln
	478 kcal, 22g EW, 20,2g F, 121g KH G,M,1,4,17,20,22,23	578 kcal, 30g EW, 16,6g F, 32,5g KH M	556 kcal, 32g EW, 29g F, 34,3g KH G,M,17,20,22,23	525 kcal, 67,7g EW, 6,7g F, 120,6g KH G,M,3	547 kcal, 29g EW, 20,7g F, 60g KH G,M,17,20,22,23
Dessert	Panna Cotta mit Erdbeersauce	Frisches Obst	Vanillepudding mit Sahne	Frisches Obst	Kokos-Mandel Crème
	206 kcal, 2,7g EW, 10,5g F, 25g KH M	kcal, EW, F, KH	127 kcal, 3g EW, 3,2g F, 21g KH G,M,17,20,21	kcal, EW, F, KH	72 kcal, 3,3g EW, 1,7g F, 11,7g KH G,17,23
Salat	Rohkost Teller mit Tomatensalat, Gurkensalat und gelben Bohnen	Iceberg Mix mit marinierten Möhren und Rosinen	Gemischte Blattsalate mit Kohlrabistreifen und Zucchini	Römersalat mit Tomate und Mozzarella	Iceberg Mix mit Hackbällchen und kleinen Gewürzgurken
	105 kcal, 2,2g EW, 4g F, 13,4g KH 1,3,4	92 kcal, 1g EW, 0,4g F, 18,6g KH 1,4	50 kcal, 3,6g EW, 0,5g F, 8g KH	256 kcal, 18g EW, 19g F, 5g KH M	159 kcal, 7,5g EW, 9,4g F, 9,5g KH G,17,23
Fast Food Empelde	Puten-Gyros mit Kräuterquark, Krautsalat und Fladenbrot	Hähnchennuggets mit Backofenkroketten und kleinem Salat	Puten-Gyros mit Kräuterquark, Krautsalat und Fladenbrot	Hähnchennuggets mit Backofenkroketten und kleinem Salat	
	525 kcal, 67,7g EW, 6,7g F, 120,6g KH G,M,3	698 kcal, 30,3g EW, 34,6g F, 67,5g KH G,M,17	525 kcal, 67,7g EW, 6,7g F, 120,6g KH G,M,3	698 kcal, 30,3g EW, 34,6g F, 67,5g KH G,M,17	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
 M= Milch und Milchprodukte



Plan 7 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Frühlingsrolle mit Huhn, Asiagemüse und Reis	Linseneintopf mit Geflügel-Wiener und Toast	Putengulasch mit Spätzle	Hühnerfrikasse mit Spargel, Erbsen, Champignons und Reis	Hähnchen-Geschnetzeltes in Kräuterrahm und Kartoffeln
	577 kcal, 16g EW, 14g F, 67,4g KH G,M,17,20,22,23	497 kcal, 28g EW, 26,8g F, 33,8g KH G,M,1,3,8,20,22,23	639 kcal, 68 EW, 11,3g F, 62,9g KH G,M,17,20,22,23	485 kcal, 31g EW, 20g F, 45,3g KH G,M,17,20,22,23	484 kcal, 29,3g EW, 26,4g F, 31,5g KH G,M,17,20,22,23
Tagesgericht 2	Bandnudeln mit Käsesauce und Erbsen	Vegetarisches Pfannengyros mit Rohkostsalat und Kräuterquark	Gefüllter Topfenknödel mit Vanillesauce	Brokkoli-Nuss Ecke mit Gemüse, Kartoffeln und Kräutersauce	Spaghetti Napoli mit geriebenem Parmesan
	509 kcal, 23g EW, 11g F, 75g KH G,M,17,20,22,23	858 kcal, 58g EW, 44,4g F, 44,5g KH G,M,17,20,22,23,24	652 kcal, 17g EW, 17,9g F, 104,4g KH G,M,17,21	345 kcal, 9,3g EW, 17g F, 36,3g KH G,M,17,19,20,21,22,23	390 kcal, 21,5g EW, 6,5g F, 63g KH G,M,1,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Gemüseauswahl mit gebratenen Kartoffeln und Hollandaise	Hackbraten mit Möhren, Kartoffelpüree und Sauce	Bratwurst mit Sauerkraut, Kartoffeln und Sauce	Paniertes Seelachsfilet mit Gurkensalat, Remouladensauce und Kartoffeln	ordon Bleu vom Schwein mit Blumenkohl und Röstinchen
	583 kcal, 9,8g EW, 44,3g F, 34,7g KH G,M,17,20,22,23	393 kcal, 23g EW, 17g F, 31,6g KH G,M,3,17,20,22,23	449 kcal, 19g EW, 24g F, 30,5g KH G,M,17,20,22,23	683 kcal, 17g EW, 45g F, 50,7g KH G,M,1,2,3,4,17,21,22,23,24,25,26	584 kcal, 34g EW, 23,4g F, 53g KH G,M,1,2,3,17,20,22,23
Dessert	Himbeer-Wackelpeter mit Orangensauce	Handobst	Vanillequark mit Apfelkompott	Handobst	Zitronenpudding mit Schokostreuseln
	93 kcal, 2,2g EW, 0,6g F, 19,2g KH M,2,6,7	kcal, EW, F, KH	156 kcal, 9,2g EW, 5,6g F, 16,7g KH M	kcal, EW, F, KH	149 kcal, 3,3g EW, 4g F, 24,5g KH M,2,20
Salat	Iceberg Mix mit Radieschen, Mais und Gurke	Rohkost-Teller	Blattsalate mit Roten Bohnen und Croutons	Iceberg Mix mit Thunfisch und Zwiebeln	Blattsalate mit Ei und Kochschinken
	81 kcal, 2,5g EW, 0,9g F, 13,3g KH 22	95 kcal, 1,8g EW, 3,3g F, 12,6g KH 1,3,4	183 kcal, 8g EW, 4,5g F, 24g KH G	102 kcal, 21,3g EW, 0,7g F, 2g KH	153 kcal, 21,6g EW, 6,4g F, 2,4g KH 1,3
Fast Food Empelde	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	Pizza Salami mit kleinem gemischten Salat	Wrap mit knackigem Salat, Paprika, Putenstreifen und Apfel-Curry Mayonnaise	
	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	923 kcal, 42,2g EW, 35g F, 109,5g KH G,M,1,2,3,17,22,23	440 kcal, 32,5g EW, 8,7g F, 56,8g KH G,2,4,17,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)

M= Milch und Milchprodukte

Plan 8 Schulen	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Tagesgericht 1	Käse-Raviolini mit Tomatensauce	Möhreneintopf mit Hühnerfleisch und Gerstebrot	Hähnchennuggets mit Backofenkroketten, kleinem Salat und Ketchup	Spaghetti Bolognese mit Parmesan	Hähnchensteak mit Paprikasauce und Gemüserais
	546 kcal, 31g EW, 11,5g F, 79g KH G,M,1,17,20,22,23	404 kcal, 23,7g EW, 18g F, 35,3g KH G,22	698 kcal, 30,3g EW, 34,6g F, 67,5g KH G,M,17,22,23	499 kcal, 22g EW, 17g F, 65,8g KH G,M,1,17,20,22,23	377 kcal, 31,5g EW, 6g F, 49g KH g,M,17,20,22,23
Tagesgericht 2	Kartoffel-Gemüse-Puffer mit Kräuterquark	Riesenrösti mit Champignons in Sahnesauce	Quarkkeulchen mit Apfelmus	Vegetarische Kohlroulade mit Sauce und Kartoffelpüree	Überbackene Spiralnudeln in Möhrensauce
	374 kcal, 156,3g EW, 15,5g F, 36,5g KH M,17,20,22,23,24	710 kcal, 14g EW, 40,6g F, 71,4g KH G,M,4,17,20,22,23	797 kcal, 15,7g EW, 13,8g F, 150g KH G,M,3	351 kcal, 18,3g EW, 10g F, 38,8g KH G,M,3,17,20,22,23	649 kcal, 24g EW, 19,4g F, 95,8g KH G,M,2,17,20,22,23
Tagesgericht 3	Schupfnudeln mit buntem Gemüse und Rahmsauce	Frikadelle mit Apfelrotkohl und Kartoffeln	 Schnitzel mit Rahmkohlrabi und Kartoffeln	Sahnehering mit Kartoffeln	 Saftiges Schweinegulasch mit Spätzle
	443 kcal, 14,6g EW, 16,7g F, 54g KH G,M,3,17,20,22,23	571 kcal, 30,4g EW, 25g F, 50g KH G,M,17,20,22,23	386 kcal, 24g EW, 8g F, 53g KH G,M,17,20,22,23	854 kcal, 17g EW, 69,8g F, 37,5g KH M,6,17,23	542 kcal, 30,3g EW, 22g F, 55,3g KH G,M,17,20,22,23
Dessert	Schokoladenpudding mit Vanillesauce	Handobst	Joghurt mit Waldbeeren	Handobst	Himbeer Götterspeise
	118 kcal, 3,5g EW, 3,5g F, 17,8g KH G,M,17,20,21	kcal, EW, F, KH	81 kcal, 3,6g EW, 3,5g F, 8,4g KH M	kcal, EW, F, KH	92 kcal, 1,9g EW, 0,6g F, 19,4g KH M,17,20,21
Salat	Iceberg Mix mit Käsestreifen, gehobelten Mandeln und Tomate	Blattsalate mit weißen Bohnen und Paprika	Rohkost-Teller	Iceberg Mix mit geräucherter Putenbrust und Mandarinen	Blattsalate mit Pepperoni und Fetakäse
	301 kcal, 17,4g EW, 2 4g F, 3,2g KH M,2,21	61 kcal, 3,7g EW, 0,7g F, 8,5g KH	137 kcal, 2g EW, 4,6g F, 19,8g KH 1,3,4	128 kcal, 12g EW, 1,4g F, 15g KH 1,3,8	238 kcal, 12g EW, 19,2g F, 3,9g KH M
Fast Food Empelde	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Kartoffelspalten	Hähnchennuggets mit Kartoffelspalten und kleinem Salat	Burger vom Rind mit knackigem Salat, Käse und Kartoffelspalten	Hähnchennuggets mit Kartoffelspalten und kleinem Salat	
	758 kcal, 31,6g EW, 41g F, 65g KH G,M,1,2,17,23	792 kcal, 32g EW, 40,4g F, 77,7g KH G,M,17,22,23	758 kcal, 31,6g EW, 41g F, 65g KH G,M,1,2,17,23	792 kcal, 32g EW, 40,4g F, 77,7g KH G,M,17,22,23	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

1=Konservierungsmittel/ 2=Farbstoff/ 3=Antioxidationsmittel/ 4=Süßungsmittel
 Saccharin/ 5=Süßungsmittel Cyclamat/
 6=Süßungsmittel Aspartam, enth. Phenylalaninquelle/ 7=Süßungsmittel Acesulfam/
 8=Phosphat/ 9=geschwefelt/
 10=chininhaltig/ 11=coffeinhaltig/ 12=Geschmacksverstärker/ 13=geschwärzt/
 14=gewachst/ 15=gentechnisch verändert/
 16=Krebstiere/ 17=Eier/ 18=Fisch/ 19=Erdnüsse/ 20=Soja/
 21=Schalenfrüchte(Mandeln,Haselnüsse,Walnüsse,Pistazie/
 22=Sellerie/ 23= Senf/ 24=Sesamsamen/ 25=Lupinen/ 26=Weichtiere/

G= glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel)
 M= Milch und Milchprodukte