

**Speisekarte KW**  
**Für die Woche vom:**

**40**  
**02.10.2023**

**06.10.2023**

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

**Feiertag**



**Tomatensuppe mit Reis, dazu  
Geflügelbrust und ein Bio-  
Körnerbrötchen**

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer)

3,8

kJ 613 / kcal 146 / Fett 7,1 g, davon ges.  
Fettsäuren 2,4 g  
KH 13,4 g, davon Zucker 4,4 g / Eiweiß 6,6  
g / Salz 1,83 g / BE 1,1



**Paniertes  
Putenbrustschnitzel mit  
Champignonrahm und  
Salzkartoffeln**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

kJ 346 / kcal 82,6 / Fett 2,9 g, davon  
ges. Fettsäuren 0,5 g  
KH 8,8 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß  
5,2 g / Salz 1,46 g / BE 0,7



**Putenrahmragout mit Spätzle und buntem  
Marktgemüse**

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

kJ 498 / kcal 119 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g  
KH 11,5 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 6,7 g / Salz 1,0 g /  
BE 0,9



Unsere Schule strebt eine Zertifizierung nach dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ an. Solange ist das gesundheitsfördernde Angebot an dem Daumen erkennbar.

Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten.

Deklaration der Nährwerte / Allergene und Zusatzstoffe (Zahlen) siehe Karte. Erläuterung im Aushang.