

# Speisekarte






KW 15  
Montag

07.04.2025 bis  
Dienstag

11.04.2025  
Mittwoch

Freitag

Salat	Donnerstag	Freitag
<p><b>Eisbergsalat mit Joghurt-Dressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p> kJ 143 / kcal 34 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,47 g / BE 0,3</p>	<p><b>Gemischter Salat mit American-Dressing</b></p> <p>Milch (Lactose), Eier, Sellerie, Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 143 / kcal 34 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,47 g / BE 0,3</p>	
<p><b>Pudding Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 329 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13,0 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</p>	<p><b>Schokopudding</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p> kJ 350 / kcal 84 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14,0 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</p>	<p><b>Banane</b></p> <p> kJ 218 / kcal 52 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 12,4 g, davon Zucker 10,3 g / Eiweiß 0,5 g / Salz 0,01 g / BE 1,0</p>
<p><b>Dessert</b></p>		
<p><b>DE-ÖKO-003</b></p>		

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.  
Nährwertangaben pro 100g

# Speisekarte



**KW 15**  
Montag

**07.04.2025**  
Dienstag bis

**11.04.2025**  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

**Vegetarisch**



**Pizza Margherita mit Tomaten und Käse**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

KJ 1019 / kcal 243 / Fett 7,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,2 g / KH 32,5 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 10,7 g / Salz 1,25 g / BE 2,7

**Überbackener Nudel-Brokkoli-Auflauf**

**DGE-Empfehlung:**

**Eisbergsalat mit Joghurt-Dressing**

Milch (Lactose), Gluten (Weizen), Schwefeldioxid/Sulfit; Dessert: Milch (Lactose)

KJ 335 / kcal 80 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 10,3 g, davon Zucker 4,8 g / Eiweiß 4,1 g / Sa 0,27 g / BE 0,9

**Lasagne mit Hackfleisch vom Rind**

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

KJ 544 / kcal 130 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 16,0 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,20 g / BE 1,3

**Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Sour Cream und Belagensalat mit Zitronendressing**

Milch (Lactose)

KJ 544 / kcal 130 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 17,1 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 3 g / Salz 0,30 g / BE 1,4

**Paniertes Seelachsfilet mit Bio-Rahmwirsing und Salzkartoffeln**

**DGE-Empfehlung:**

**Banane**

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

KJ 381 / kcal 91 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 12,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,47 g / BE 1,0

**Vollkornkost**

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert. Nährwertangaben pro 100g