

# Speiseplan Schule

5. Kalenderwoche  
vom 27.01.2025 bis 31.01.2025

Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Datum	27.01.2025	28.01.2025	29.01.2025	30.01.2025	31.01.2025
Menü 1	Pellkartoffeln , Rührei, <sup>c,g,i</sup> Dip Kräuterquark <sup>g</sup>	Nudelauflauf mit Käse überbacken, <sup>a,a1,c,g</sup> Gemischter Salat	Gemüseschnitzel, <sup>a,a1,i</sup> Champignonsoße, <sup>g</sup> Langkornreis	Gebratene Schupfnudeln , <sup>a,a1,f</sup> Tomatensoße, <sup>i</sup> Blumenkohlgemüse <sup>g</sup>	Vegetarische Kartoffelsuppe, <sup>i</sup> Weizenbrötchen <sup>a,a1</sup>
Nährwerte	2564 kJ, 616 kcal, 41,10g Fett, 12,89g ges. FS, 34,51g KH, 5,21g Zucker, 24,98g Eiweiß, 5,87g Salz	1836 kJ, 437 kcal, 16,76g Fett, 8,13g ges. FS, 45,36g KH, 11,24g Zucker, 25,26g Eiweiß, 1,78g Salz	1318 kJ, 314 kcal, 5,20g Fett, 2,46g ges. FS, 54g KH, 4,98g Zucker, 8,71g Eiweiß, 5,63g Salz	3100 kJ, 737 kcal, 24,88g Fett, 3,84g ges. FS, 95,76g KH, 20,26g Zucker, 26,41g Eiweiß, 7,19g Salz	1526 kJ, 362 kcal, 5,99g Fett, 1,16g ges. FS, 63,10g KH, 8,14g Zucker, 9,89g Eiweiß, 5,77g Salz
Dessert	Apfel	Schokoladenpudding <sup>g</sup>	Grießpudding <sup>a,a1,g</sup>	Kuchen <sup>a,a1,f,g</sup>	Eis <sup>1,g</sup>
Nährwerte	281 kJ, 67 kcal, 0,05g Fett, 0,02g ges. FS, 15,84g KH, 14,53g Zucker, 0,38g Eiweiß, 0g Salz	543 kJ, 130 kcal, 6,15g Fett, 4g ges. FS, 15,5g KH, 11,5g Zucker, 2,95g Eiweiß, 0,14g Salz	446 kJ, 106 kcal, 2,28g Fett, 1,48g ges. FS, 17,53g KH, 11,34g Zucker, 3,74g Eiweiß, 0,10g Salz	965 kJ, 231 kcal, 13,2g Fett, 6,6g ges. FS, 24,2g KH, 8,25g Zucker, 3,47g Eiweiß, 0,61g Salz	452 kJ, 108 kcal, 5,25g Fett, 3,45g ges. FS, 13,58g KH, 11,21g Zucker, 1,28g Eiweiß, 0,07g Salz
<p>Allergene und Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff/en, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse</p>					