Speiseplan - Küche St. Dominicus

09.11.2026 - 13.11.2026

KW 46	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgericht	**Grießbrei** ∇ ∫ g a g1 a1 N: 141.07 kcal F: 1.76 g GF: 1.10 g C: 26.93 g Z: 17.34 g P: 3.87 g S: 0.09 g B: 2.25 BE 	**Fischstäbchen** d a a1 N: 251.73 kcal F: 17.65 g GF: 2.17 g C: 12.68 g Z: 0.49 g P: 10.89 g S: 0.53 g B: 1.05 BE **Kartoffelbrei** ∇ ∫ g g1 N: 108.76 kcal F: 5.08 g GF: 3.30 g C: 13.29 g Z: 1.33 g P: 2.05 g S: 1.56 g B: 1.11 BE 	**Königsberger Klopse in Kapernsoße, Bio-Kartoffeln** ♠& ∫ h1 z g g1 N: 96.66 kcal F: 5.21 g GF: 1.48 g C: 7.26 g Z: 0.63 g P: 5.00 g S: 0.81 g B: 0.60 BE	**Bio-Makkaroni, Tomatensoße und Reibekäse** g a g1 a1 N: 182.67 kcal F: 8.75 g GF: 2.78 g C: 17.03 g Z: 2.64 g P: 8.68 g S: 0.96 g B: 1.42 BE	**Kartoffelsuppe** i j N: 32.99 kcal F: 0.63 g GF: 0.13 g C: 5.58 g Z: 1.05 g P: 1.01 g S: 1.69 g B: 0.46 BE **hausgebackenes Bio-Brot** ∇ ∞ a1 a N: 48.79 kcal F: 0.15 g GF: 0.02 g C: 10.17 g Z: 0.12 g P: 1.51 g S: 0.19 g B: 0.85 BE
Dessert/Salat	**Apfelmark** ∇ ∞ N: 47.05 kcal F: 0.06 g GF: 0.02 g C: 10.99 g Z: 10.09 g P: 0.30 g S: 0.00 g B: 0.92 BE	**Gurkensalat** ∇ ∞ z N: 90.56 kcal F: 6.78 g GF: 0.66 g C: 6.16 g Z: 6.12 g P: 0.63 g S: 2.55 g B: 0.51 BE	**Möhrensalat** ∇ ∞ z N: 81.03 kcal F: 3.06 g GF: 0.31 g C: 12.01 g Z: 11.60 g P: 0.91 g S: 2.81 g B: 0.99 BE	**Naschobst** ∇ ∞ N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE	**Vanillepudding** ∇ ∫ g g1 N: 125.71 kcal F: 3.51 g GF: 2.33 g C: 19.77 g Z: 19.77 g P: 3.44 g S: 0.09 g B: 1.65 BE
Vegetarisch	**Bio-Makkaroni** a a1 N: 25.60 kcal F: 0.09 g GF: 0.01 g C: 5.19 g Z: 0.03 g P: 0.92 g S: 0.54 g B: 0.43 BE **Käsesauce mit buntem Gemüse** ∇ ∫ i j y g g1 N: 180.19 kcal F: 9.61 g GF: 5.61 g C: 13.36 g Z: 1.64 g P: 9.85 g S: 3.19 g B: 1.11 BE	**Kartoffel - Blumenkohl - Curry** æ ∇ ∫ 2 g g1 N: 67.29 kcal F: 2.42 g GF: 1.27 g C: 9.24 g Z: 2.77 g P: 1.81 g S: 0.63 g B: 0.76 BE	**Paprikapfanne mit Reis und Joghurtsoße** æ ∇ ∫ 2 9 z g g1 N: 129.92 kcal F: 3.38 g GF: 0.57 g C: 22.88 g Z: 3.42 g P: 3.47 g S: 0.65 g B: 1.90 BE	**Falafel-Bohnen-Ragout** ∇ ∫ 2 y g a g1 a1 N: 67.74 kcal F: 2.62 g GF: 1.03 g C: 6.81 g Z: 1.53 g P: 4.12 g S: 5.44 g B: 0.48 BE **Zucchini** ∇ ∞ N: 20.20 kcal F: 0.28 g GF: 0.07 g C: 2.19 g Z: 2.19 g P: 1.97 g S: 0.01 g B: 0.18 BE	**Blumenkohlsuppe** ∇ ∫ i j g g1 N: 35.93 kcal F: 1.32 g GF: 0.77 g C: 4.75 g Z: 1.08 g P: 1.09 g S: 1.57 g B: 0.40 BE **hausgebackenes Bio-Brot** ∇ ∞ a1 a N: 48.79 kcal F: 0.15 g GF: 0.02 g C: 10.17 g Z: 0.12 g P: 1.51 g S: 0.19 g B: 0.85 BE

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe
- **a** Gluten
- **d** Fisch
- **g1** Milcheiweiß
- **i** Sellerie
- **y** Hülsenfrucht
- **a1** Weizen
- **g** Milch und Milcherzeugnisse
- **h1** Mandel
- **j** Senf
- **z** Zitrusfrucht

Zusatzstoffe
- **2** mit Konservierungsstoffen
- **9** mit Säuerungsmittel

Eigenschaften
- ♠ Geflügel
- ∫ Laktose
- ∞ Vegan
- æ Knoblauch
- & Muskelfleisch
- ∇ Vegetarisch

DE-Öko-070