

# Speiseplan

**15 KW**

06.04.2026 bis 10.04.2026

Küche Osterode

Telefon: 05522-961383

Fax: 05522-40797008



	<b>Montag</b> 06.04.2026	<b>Dienstag</b> 07.04.2026	<b>Mittwoch</b> 08.04.2026	<b>Donnerstag</b> 09.04.2026	<b>Freitag</b> 10.04.2026
<b>Menü 1</b>	Feiertag	Hackfleischlasagne <sup>a,a1,g,i</sup> Krautsalat <sup>11,3</sup> Apfeljoghurt <sup>3,g</sup>	Wurstsalat <sup>2,3,8,g,j</sup> Fladenbrot <sup>a,a1,k</sup> Aprikosen- Mangojoghurt <sup>11,g</sup>	Schweinerückenbraten <sup>2</sup> Bratensauce <sup>a,a1,g</sup> Kaisergemüse (Möhren, Broccoli) Buttermilch- Mangodessert <sup>g</sup>	Heringstopf <sup>11,2,9,a,a1,a3,c,d,g,i,j</sup> Kartoffeln Obst / Birne
Nährwerte	MZ3KF1Tag1Inhalt	kcal: 617, KJoule: 2581, Fett: 29,28 g, ges. Fettsäuren: 14,59 g, KH: 49,58 g, Zucker: 18,87 g, Eiweiß: 35,47 g, Gesamt Kochsalz: 2,28 g	kcal: 1109, KJoule: 4646, Fett: 65,98 g, ges. Fettsäuren: 31,94 g, KH: 76,02 g, Zucker: 10,93 g, Eiweiß: 49,47 g, Gesamt Kochsalz: 7,21 g	kcal: 572, KJoule: 2400, Fett: 27,41 g, ges. Fettsäuren: 12,01 g, KH: 42,38 g, Zucker: 16,97 g, Eiweiß: 40,18 g, Gesamt Kochsalz: 4,86 g	kcal: 738, KJoule: 3051, Fett: 42,19 g, ges. Fettsäuren: 8,21 g, KH: 66,98 g, Zucker: 23,78 g, Eiweiß: 20,48 g, Gesamt Kochsalz: 5,39 g
<b>Menü 2</b>		Broccolicremesuppe <sup>g</sup> Weizenbrötchen <sup>a,a1</sup> Apfeljoghurt <sup>3,g</sup>	Vegetarische Falafelbällchen <sup>a,a1,j</sup> Kräuterquark <sup>g</sup> Möhrensalat <sup>3</sup> Vollkornreis Aprikosen- Mangojoghurt <sup>11,g</sup>	Kaiserschmarrn <sup>a,a1,c,g</sup> Vanillesauce <sup>g</sup> Apfelmus <sup>3</sup> Zimt / Zucker Buttermilch- Mangodessert <sup>g</sup>	Maultaschen mit Spinat- Käsefüllung <sup>a,a1,c,g</sup> Käsesauce <sup>g</sup> Tomatensalat Obst / Birne
Nährwerte	MZ3KF2Tag1Inhalt	kcal: 332, KJoule: 1395, Fett: 6,68 g, ges. Fettsäuren: 3,79 g, KH: 47,52 g, Zucker: 14,39 g, Eiweiß: 15,99 g, Gesamt Kochsalz: 1,44 g	kcal: 636, KJoule: 2680, Fett: 13,56 g, ges. Fettsäuren: 4,02 g, KH: 97,14 g, Zucker: 25,64 g, Eiweiß: 26,40 g, Gesamt Kochsalz: 3,80 g	kcal: 1062, KJoule: 4459, Fett: 30,50 g, ges. Fettsäuren: 10,90 g, KH: 169,80 g, Zucker: 98,30 g, Eiweiß: 25,70 g, Gesamt Kochsalz: 1,53 g	kcal: 616, KJoule: 2599, Fett: 10,91 g, ges. Fettsäuren: 5,13 g, KH: 105,44 g, Zucker: 27,76 g, Eiweiß: 24,27 g, Gesamt Kochsalz: 8,39 g
<b>Menü 3</b>		Broccolicremesuppe <sup>g</sup> Vollkornbrötchen <sup>a,a1,a2,a3,a4</sup> Apfeljoghurt <sup>3,g</sup>	Vegetarische Falafelbällchen <sup>a,a1,j</sup> Kräuterquark <sup>g</sup> Möhrensalat <sup>3</sup> Vollkornreis Aprikosen- Mangojoghurt <sup>11,g</sup>	Schweinebraten Bratensauce <sup>a,a1,g</sup> Kaisergemüse (Möhren, Broccoli) Kartoffeln Buttermilch- Mangodessert <sup>g</sup>	Heringstopf <sup>2,9,d,g,i</sup> Kartoffeln Obst / Birne
Nährwerte	MZ3KF3Tag1Inhalt	kcal: 332, KJoule: 1395, Fett: 6,64 g, ges. Fettsäuren: 3,76 g, KH: 43,88 g, Zucker: 13,44 g, Eiweiß: 18,39 g, Gesamt Kochsalz: 1,50 g	kcal: 636, KJoule: 2680, Fett: 13,56 g, ges. Fettsäuren: 4,02 g, KH: 97,14 g, Zucker: 25,64 g, Eiweiß: 26,40 g, Gesamt Kochsalz: 3,80 g	kcal: 450, KJoule: 1892, Fett: 12,09 g, ges. Fettsäuren: 5,68 g, KH: 42,38 g, Zucker: 16,97 g, Eiweiß: 43,63 g, Gesamt Kochsalz: 2,49 g	kcal: 479, KJoule: 1986, Fett: 13,36 g, ges. Fettsäuren: 3,68 g, KH: 64,00 g, Zucker: 22,60 g, Eiweiß: 23,98 g, Gesamt Kochsalz: 4,84 g

Die Informationen zu den enthaltenen Allergenen und Zusatzstoffen entnehmen Sie bitte unserer Infomappe.

"Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“, dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Betrieben“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert."

Nährwerten	Legende Allergene und Zusatzstoffe	Änderungen vorbehalten
Energie (Kilokalorien - kcal)	11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 8 = mit Phosphat/en, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a2 = Roggen, a3 = Gerste, a4 = Hafer, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k = Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse	
Energie (Kilojoule - kJ)		
Gesättigte Fettsäuren		
Eiweiß (Protein)		
Fett		
Kohlenhydrate		