

Speiseplan

19 KW

04.05.2026 bis 08.05.2026

Küche Osterode

Telefon: 05522-961383

Fax: 05522-40797008



	Montag 04.05.2026	Dienstag 05.05.2026	Mittwoch 06.05.2026	Donnerstag 07.05.2026	Freitag 08.05.2026
Menü 1	Putencurry ^{1,2,3} Erbsengemüse Gabelspaghetti ^{a,a1,c} Quarkspeise Vanille ^{1,g}	Cevapcici vom Rind ^c Zaziki ^g Djuvec Reis Kichererbsensalat ^{3,g} Götterspeise Kirsche mit Vanillesauce ^g	Schweinesteak Kartoffelsalat ^{11,9,a,a1,c,j} Grießpudding ^{a,a1,g} Kräuterbutter ^g	Käse-Lauchsuppe mit Rinderhackfleisch ^g Weizenbrötchen ^{a,a1} Erdbeerjoghurt ^{3,g}	Paniertes Seelachsfilet ^{a,a1,d,g,j} Kräuter-Tomatensauce Kartoffelpüree ^{3,5,g,l} Zucchinisalat mit Cashewkernen ^{3,g,h,h4,l} Obst / Apfel
Nährwerte	kcal: 822, KJoule: 3467, Fett: 17,26 g, ges. Fettsäuren: 6,61 g, KH: 101,93 g, Zucker: 21,71 g, Eiweiß: 59,27 g, Gesamt Kochsalz: 1,77 g	kcal: 856, KJoule: 3586, Fett: 41,23 g, ges. Fettsäuren: 17,48 g, KH: 73,79 g, Zucker: 27,58 g, Eiweiß: 43,53 g, Gesamt Kochsalz: 6,30 g	kcal: 693, KJoule: 2900, Fett: 41,80 g, ges. Fettsäuren: 16,76 g, KH: 40,23 g, Zucker: 14,19 g, Eiweiß: 37,71 g, Gesamt Kochsalz: 0,93 g	kcal: 659, KJoule: 2749, Fett: 38,69 g, ges. Fettsäuren: 23,22 g, KH: 49,78 g, Zucker: 15,88 g, Eiweiß: 25,54 g, Gesamt Kochsalz: 2,23 g	kcal: 441, KJoule: 1850, Fett: 15,26 g, ges. Fettsäuren: 3,45 g, KH: 52,34 g, Zucker: 14,59 g, Eiweiß: 21,11 g, Gesamt Kochsalz: 3,49 g
Menü 2	Pancake ^{a,a1,c,g} Vanillesauce ^g Zimt / Zucker Quarkspeise Vanille ^{1,g}	Penne Nudeln ^{a,a1} Tomatensauce Parmesankäse ^{1,2,g} Kichererbsensalat ^{3,g} Götterspeise Kirsche mit Vanillesauce ^g	Veg. Frühlingsrolle Weißkohl Mungobohnenkeime ^{a,a1,c,f} süß-saure Sauce ^{1,i} Vollkornreis Grießpudding ^{a,a1,g}	Kartoffeln Kräuterquark ^g Gurkensalat mit Joghurt ^{3,g,l} Erdbeerjoghurt ^{3,g}	Amerikanischer Käse-Maccaroniauflauf ^{1,2,a,a1,a3,c,g} ,i,j Tomatensauce ⁴ Zucchinisalat mit Cashewkernen ^{3,g,h,h4,l} Obst / Aprikosen
Nährwerte	kcal: 766, KJoule: 3191, Fett: 22,50 g, ges. Fettsäuren: 9,50 g, KH: 116,48 g, Zucker: 66,08 g, Eiweiß: 21,23 g, Gesamt Kochsalz: 2,08 g	kcal: 707, KJoule: 2983, Fett: 15,57 g, ges. Fettsäuren: 9,14 g, KH: 106,78 g, Zucker: 32,48 g, Eiweiß: 30,38 g, Gesamt Kochsalz: 4,04 g	kcal: 542, KJoule: 2281, Fett: 13,48 g, ges. Fettsäuren: 3,00 g, KH: 88,84 g, Zucker: 23,11 g, Eiweiß: 13,24 g, Gesamt Kochsalz: 3,13 g	kcal: 340, KJoule: 1410, Fett: 5,66 g, ges. Fettsäuren: 3,51 g, KH: 52,76 g, Zucker: 15,34 g, Eiweiß: 16,68 g, Gesamt Kochsalz: 2,04 g	kcal: 618, KJoule: 2589, Fett: 25,77 g, ges. Fettsäuren: 15,57 g, KH: 68,44 g, Zucker: 20,39 g, Eiweiß: 24,70 g, Gesamt Kochsalz: 3,98 g
Menü 3	Putencurry ^{1,2,3} Erbsengemüse Vollkornspiralnudeln ^{a,a1} Quarkspeise Vanille ^{1,g}	Vollkorn Penne ^{a,a1} Tomatensauce Parmesankäse ^{1,2,g} Kichererbsensalat ^{3,g} Obst / Birne	Veg. Frühlingsrolle Weißkohl Mungobohnenkeime ^{a,a1,c,f} süß-saure Sauce ^{1,i} Vollkornreis Grießpudding ^{a,a1,g} Kräuterbutter ^g	Kartoffeln Kräuterquark ^g Gurkensalat mit Joghurt ^{3,g,l} Erdbeerjoghurt ^{3,g}	gedünsteter Seelachs ^{3,d} Kräuter-Tomatensauce Kartoffelpüree ^{3,5,g,l} Zucchinisalat mit Cashewkernen ^{3,g,h,h4,l} Obst / Aprikosen
Nährwerte	kcal: 806, KJoule: 3396, Fett: 17,06 g, ges. Fettsäuren: 6,28 g, KH: 95,93 g, Zucker: 22,21 g, Eiweiß: 59,27 g, Gesamt Kochsalz: 1,73 g	kcal: 671, KJoule: 2824, Fett: 14,56 g, ges. Fettsäuren: 7,87 g, KH: 97,66 g, Zucker: 28,01 g, Eiweiß: 31,20 g, Gesamt Kochsalz: 3,53 g	kcal: 606, KJoule: 2543, Fett: 20,48 g, ges. Fettsäuren: 7,70 g, KH: 88,90 g, Zucker: 23,17 g, Eiweiß: 13,33 g, Gesamt Kochsalz: 3,31 g	kcal: 340, KJoule: 1410, Fett: 5,66 g, ges. Fettsäuren: 3,51 g, KH: 52,76 g, Zucker: 15,34 g, Eiweiß: 16,68 g, Gesamt Kochsalz: 2,04 g	kcal: 386, KJoule: 1621, Fett: 7,43 g, ges. Fettsäuren: 2,91 g, KH: 37,49 g, Zucker: 13,13 g, Eiweiß: 39,32 g, Gesamt Kochsalz: 3,25 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)	1 = mit Farbstoff/en, 11 = mit Zuckerart/en und Süßungsmittel/n, 2 = konserviert, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 9 = mit Süßungsmittel/n, a = Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1 = Weizen, a3 = Gerste, c = Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, g = Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschl. Laktose), h = Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h4 = Kaschunüsse, l = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, l = Schwefeldioxide und Sulphite >10 mg/kg oder 10mg/l	
Energie (Kilojoule - kJ)		
Gesättigte Fettsäuren		
Eiweiß (Protein)		
Fett		
Kohlenhydrate		