

Öffnungszeiten

Wochentags: 07:30 - 14:00 Uhr

Wochenende/Feiertags: 08:00 - 14:00 Uhr



Vom 29.05 bis zum 04.06.2023



Montag

Schweinefilet Zwiebel-Majoranjus Speckböhnchen gebratene Kartoffelwürfel WE/SEN

Gemüselasagne mit Blattspinat, Tomaten Zucchini und Auberginen Kräuterbechamel und Käse überbacken (WE/EI/M)

Pasta Farfalle mit Blattspinat Zwergetomaten in Käse-Rahm (WE,EI,M)

kcal	Fett	ges. FS	KH	Zuc.	Eiw.	Salz
757	48,6	19,1	35,1	2,1	44,3	2,4
584	22,7	13,2	66,5	2,0	25	0,9
511	18,3	10,3	64,5	3,3	18,5	0,2

Dienstag

Dönerteller mit orientalischem Reis Knoblauchsoße bunter Salatteller mit Zitronendressing (WE/M)

Kräftige Rindfleischsuppe mit Gemüse, Nudeln Fleischklößchen Rindfleisch und Eierstich (WE/ SEL/SE/M)

Orientalischer Salatbowl mit Humus, Kichererbsen in Sesam-Soja Vinaigrette und Falaffelbällchen (WE/SES/SO)

Veganes Thunfisch Risotto mit Erbsen, Tomaten in Pflanzencreme (WE/SO)

921	44,6	8,6	73,9	7,4	52,6	2,1
422	21,8	8,6	23,5	2,2	32,9	0,6
629	43,7	5,0	43,4	6,1	14,3	2,9
497	22,2	13,9	54,2	3,4	18,4	0,9

Mittwoch

Cordon bleu vom Hähnchen Rahmerbsen Nusskartoffeln (WE/EI/M)

Dampfkartoffeln mit bunten Gemüsequark mit Paprika Tomaten, Gurken und frischen Kräutern (EI/ M/SEN)

Gefüllte Vegetarische Paprikaschote mit Reis und Tomaten (SO,WE,EI,M,)

Chakalaka Südafrikanischer Gemüseeintopf mit Reis (SO/SES/ER/MA)

543	13,3	7,6	60,4	7,3	41,9	2,4
270	0,7	0,2	43,7	0,8	19,6	0,2
418	9,3	5,3	70,5	14,1	8,8	4,0
701	30	5,6	80,3	8,7	25,2	1,1

MITARBEITER PREIS 3,80 €
BESUCHER PREIS 5,50 €

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT



SPEISEKARTE

Donnerstag

Piccatta von der Hähnchenbrust auf Tomaten-Spaghetti Champignons, Brokkoli und Basilikum-Dip (WE/ EI/M)

MSC Seelachsfilet Brokkolikruste Gnocchi-Zucchini Pfanne Tomatensugo (WE/EI/SEL)

Omas Kässpätzle bunter Salat in Joghurt-Dressing (EE/EI/M)

Vegane Paella gold-gelbe Reispfanne mit Zwiebeln und Erbsen mit gegrilltem Paprika (SO)

Freitag

Roter Heringsstip mit roter Bete, Zwiebel Apfel und Gurke in Rahm Salzkartoffeln (M/EI/2/9)

Möhrenstampf mit reichlich Petersilie Geflügelfrikadelle (WE/EI/M/SEN)

Eier in Senfsoße Blattspinat und gedämpfte Kartoffeln (WE,EI,SEN)

Gelbes Blumenkohl-Curry mit Kartoffeln, Paprika und Kokosmilch (SO/SES)

Samstag

Westfälischer Erbseneintopf Suppengrün Wurstscheiben (8, SEL, SEN)

Ofen gebackene Hähnchenbrust Steinpilzsoße Gemüse-Nudeln (WE/EI/M)

Vegetarische Erbsensuppe (SEL,SEN)

Sonntag

Omas Rinderroulade mit Gurke, Zwiebel und Speck, Schmorsoße Apfelrotkohl Kartoffelknödel (WE, M, SEN, SEL)

Gegrillte Hähnchenroulade auf bunten Gemüsenudeln mit Tomatenwürfeln (SEL/WE/EI/M)

Gemüse-Bulgur Pfanne mit mediterranem Gemüse Knoblauch und Pul Biber Joghurtsoße (WA,WE,EI,M)

466	19,6	6,5	25,7	1,1	45,6	1,3
540	12,5	3,6	74,6	12,0	27,9	4,8
569	39,8	22,8	29,5	0,8	22,3	1,0
459	18,9	4,6	53,6	9,5	15,1	3,9
628	45,7	2,3	35,9	6,3	17,7	2,3
290	14,8	4,3	27,3	2,0	23,9	1,1
346	14,8	4,5	26,7	0,8	24,9	0,5
227	11,4	0,1	23,3	3,3	6,4	0,1
618	39,4	14,8	36,1	3,5	28,7	4,5
337	2,1	0,5	23,4	2,6	39,8	0,2
209	1,0	0,3	35,6	3,1	12,5	2,8
496	17,1	6,5	52,6	3,9	31,2	3,2
587	24,8	6,2	35,9	11,8	37,9	3,9
383	1,6	0,3	76,7	5,0	12,7	0,1