



Guten Appetit  
**SPEISEKARTE**  
www.sander-gruppe.com



Für die Woche vom:

14.01. - 18.01.2019

Speisekarte KW 3

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>DGE-Standard</b>	 <b>Ofen-Kartoffelwedges mit Kräuterdip + Salatgarnitur</b> Milch (Lactose)	 <b>Currywurst vom Rind mit Backofen-Pommes</b> Senf	 <b>Seelachs-Backfisch-Filet mit Kohlrabi-Gemüse + Salzkartoffeln</b> Gluten (Weizen), Eier, Fisch, Milch (Lactose)	 <b>Vegetarisches Goudaschnitzel, mit Gartengemüse + Kartoffelpüree</b> Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)	 <b>Saftgulasch vom Rind mit Spätzle</b> Gluten (Weizen, Dinkel), Eier
	kJ 478 / kcal 114 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 13,7 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,30 g / 1,1 BE	kJ 674 / kcal 161 / Fett 8,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g KH 15,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,91 g / 1,3 BE	kJ 518 / kcal 124 / Fett 6,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g KH 10,5 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,68 g / BE 0,9	kJ 402 / kcal 96 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g KH 9,6 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,97 g / 0,8 BE	kJ 573 / kcal 137 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 12,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 1,01 g / 1,1 BE
<b>Vegetarisch</b>	 <b>Ofen-Kartoffelwedges mit Kräuterdip + Salatgarnitur</b> Milch (Lactose)	<b>Rührei mit Spinat + Röstkartoffeln</b> Eier, Milch (Lactose), Sellerie	<b>Gefüllte Ravioli mit Tomate-Mozzarella, dazu Tomatensauce</b> Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	<b>Vegetarisches Goudaschnitzel, mit Gartengemüse + Kartoffelpüree</b> Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)	<b>Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce + Bio-Reibekäse</b> Gluten (Weizen), Milch (Lactose)
	kJ 478 / kcal 114 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 13,7 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,30 g / 1,1 BE	kJ 527 / kcal 126 / Fett 7,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g KH 7,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 1,13 g / 0,6 BE	kJ 569 / kcal 136 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g KH 19,0 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 1,35 g / 1,6 BE	kJ 402 / kcal 96 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g KH 9,6 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,97 g / 0,8 BE	kJ 592 / kcal 142 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 23,8 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 0,97 g / 2,0 BE
<b>Vollkost ohne Schwein</b>	 <b>Rinderbraten in brauner Sauce mit Broccoli + Salzkartoffeln</b> Milch (Lactose)	 <b>Currywurst vom Rind mit Backofen-Pommes</b> Senf	 <b>Seelachs-Backfisch-Filet mit Kohlrabi-Gemüse + Salzkartoffeln</b> Gluten (Weizen), Eier, Fisch, Milch (Lactose)	 <b>Putensteak mit Paprikasauce, Mischgemüse + Langkornreis</b> Milch (Lactose)	 <b>Saftgulasch vom Rind mit Spätzle</b> Gluten (Weizen, Dinkel), Eier
	kJ 282 / kcal 67 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 6,2 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 1,71 g / 0,5 BE	kJ 674 / kcal 161 / Fett 8,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g KH 15,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,91 g / 1,3 BE	kJ 518 / kcal 124 / Fett 6,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g KH 10,5 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,68 g / BE 0,9	kJ 487 / kcal 116 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g KH 13,2 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 0,86 g / 1,1 BE	kJ 573 / kcal 137 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 12,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 1,01 g / 1,1 BE
<b>Pasta-Bar</b>	<b>Reis-Bar</b>	<b>Pasta-Bar</b>	<b>Pasta-Bar</b>	<b>Pasta-Bar</b>	<b>Reis-Bar</b>
<b>AKTION</b>	<b>Schweinerückensteak mit Pfefferrahmsauce oder Zwiebelsauce mit Potato Wedges</b> Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang	<b>Szegediner Gulasch vom Schwein mit Salzkartoffeln oder Fusilli</b> Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang	<b>Paniertes Putenbrustschnitzel mit Paprikarahmsauce oder Jägersauce, dazu Backofen-Pommes oder Knöpfle</b> Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang	<b>Hähnchengeschnetzeltes "Tobago" mit Gemüseris oder Penne</b> Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang	<b>Milchreis mit Roter Beerengrütze</b> Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang
<b>Salat</b>	<b>Frischer Salat mit Kartoffel-Kräuter-Vinaigrette</b> 11	<b>Frischer Salat mit Joghurt-Dressing</b> Milch (Lactose) 3, 11	<b>Frischer Salat mit Italian-Dressing</b> Schwefeloxid/Sulfit 3, 11	<b>Frischer Salat mit American-Dressing</b> Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf 11	<b>Frischer Salat mit Joghurt-Dressing</b> Milch (Lactose) 3, 11
	kJ 251 / kcal 60 / Fett 4,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 2,8 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,45 g / 0,2 BE	kJ 180 / kcal 43 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 3,0 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,39 g / 0,3 BE	kJ 212 / kcal 51 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 2,7 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 1,3 g / Salz 0,46 g / 0,2 BE	kJ 241 / kcal 58 / Fett 4,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 3,0 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,38 g / 0,3 BE	kJ 179 / kcal 43 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g KH 2,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,46 g / 0,2 BE
<b>Dessert</b>	<b>Frischer Obstsalat</b> 3	<b>Heidelbeer-Joghurt</b> Milch (Lactose)	<b>Waldfrucht-Pudding</b> Milch (Lactose) 2	<b>Zitronenmuffin</b> Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	<b>Obstkorb</b> 3
	kJ 304 / kcal 73 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g KH 16,9 g, davon Zucker 15,9 g / Eiweiß 0,2 g / Salz 0,01 g / 1,4 BE	kJ 454 / kcal 108 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,9 g KH 17,5 g, davon Zucker 16,2 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,13 g / 1,5 BE	kJ 534 / kcal 127 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 3,3 g KH 18,0 g, davon Zucker 17,0 g / Eiweiß 2,5 g / Salz 0,08 g / 1,5 BE	kJ 1753 / kcal 419 / Fett 26,4 g, davon ges. Fettsäuren 5,0 g KH 40,4 g, davon Zucker 23,1 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,84 g / 3,4 BE	kJ 233 / kcal 56 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 12,0 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 0,6 g / Salz 0,01 g / 1,0 BE
<b>Gluten-, Laktosefrei</b>	<b>Nudelpfanne a la Napoli</b> 3	<b>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</b> Sojabohnen	<b>Vegetarischer Kartoffeleintopf mit Sellerie, Lauch und Karotten</b> Sellerie	<b>Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</b> 3	<b>Beef-Chili mit Quinoa Langkornreis</b> 3
	kJ 574 / kcal 137 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g KH 26,9 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 1,13 g / 2,2 BE	kJ 478 / kcal 114 / Fett 2,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 18,7 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,74 g / BE 1,6	kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 6,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6	kJ 368 / kcal 88 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g KH 9,2 g, davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,01 g / 0,8 BE	kJ 485 / kcal 116 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g KH 17,6 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 1,24 g / 1,5 BE
<b>Vegetarisch</b>	 <b>Rindfleisch</b>	 <b>Geflügel</b>	 <b>Fisch</b>	 <b>Schwein</b>	 <b>Neues Produkt</b>

Die Speisekarte enthält nur Angaben zum Vorgehen des Herstellers für Kinderernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysenergebnisse pro 100g verzehrfähiger Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene siehe Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene siehe Aushang. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.