



5. KW Montag, 27. Januar 2025 Dienstag, 28. Januar 2025 Mittwoch, 29. Januar 2025 Donnerstag, 30. Januar 2025 Freitag, 31. Januar 2025

	+punkt	vegan +punkt		vegan +punkt	
Suppen & Eintopfstation	<p>Chinesische Rindfleischsuppe mit Rinderhackfleisch und asiatischem Gemüse abgeschmeckt mit Knoblauch und Chili</p> <p>5,20 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 2,3,4 A,Aa,F,K,L Kilojoule: 2872,5 kJ Kilokalorien: 689,3 kcal Eiweiß: 33,9 g Kohlenhydrate: 52,3 g Fett: 38,1 g</p>	<p>Würziger Tomateneintopf mit Kräutern der Provence und pflanzliches Hack Kichererbsen und mediterranes Gemüse, abgeschmeckt mit Kumin und Knoblauch</p> <p>5,20 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 3 A,Ac,F,I Kilojoule: 1332,4 kJ Kilokalorien: 317,6 kcal Eiweiß: 24,2 g Kohlenhydrate: 35,2 g Fett: 6,1 g</p>	<p>Eintopf von der Pastinake, Porree und Mettwursteinlage abgeschmeckt mit Schmelzkäse, Zitronensaft und Sahne</p> <p>5,20 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 1,2,3 G,I Kilojoule: 2231,8 kJ Kilokalorien: 537,5 kcal Eiweiß: 19,6 g Kohlenhydrate: 14 g Fett: 40,8 g</p>	<p>Zweierlei Eintopf vom Sellerie angesetzt mit Knollen- und Staudensellerie, Perlgraupen und Waldpilzen</p> <p>4,90 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 3 A,Ac,I,L Kilojoule: 920,7 kJ Kilokalorien: 218,6 kcal Eiweiß: 7,5 g Kohlenhydrate: 40,7 g Fett: 2 g</p>	

Vegan Vegetarisch	vegan +punkt		vegan		
<p>Eingelegter Blumenkohl "Tandoori" im Ofen gebackene Blumenkohlröschen mit fruchtig roter Currysauce, dazu Kokosreis</p> <p>6,80 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 1 A,Aa,F Kilojoule: 2426,2 kJ Kilokalorien: 577,7 kcal Eiweiß: 15,2 g Kohlenhydrate: 85,2 g Fett: 20,4 g</p>	<p>Vegetarischer Burger auf Basis von Erbsenprotein und Kokosfett belegt mit verschiedenen Toppings und Dip</p> <p>6,80 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 1,9,10 A,Aa,Ac,J Kilojoule: 2831,1 kJ Kilokalorien: 684,5 kcal Eiweiß: 28,5 g Kohlenhydrate: 72 g Fett: 28,4 g</p>	<p>Gelbes Linsen-Curry mit Gemüse</p> <p>7,10 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: I Kilojoule: 1609,4 kJ Kilokalorien: 384,6 kcal Eiweiß: 11,6 g Kohlenhydrate: 29,9 g Fett: 22,3 g</p>	<p>Veganes Schnitzel auf Basis von Weizenprotein mit Kartoffeln oder Pommes Frites, Gemüse oder ein kleiner Beilagen Salat, Sauce nach Wahl</p> <p>6,80 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb Nährwerte: keine Angaben</p>	<p>Freitags geschlossen</p> <p>L&D wünscht Ihnen ein schönes Wochenende</p>	

Aktionsgericht				
<p>Eine Wirsingroulade im Ofen geschmort gefüllt mit Schweinemett, dazu Zwiebelsauce und Kartoffelpüree</p> <p>7,70 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: A,Aa,C,G,I Kilojoule: 3456 kJ Kilokalorien: 828,7 kcal Eiweiß: 37,9 g Kohlenhydrate: 53,1 g Fett: 51,5 g</p>	<p>Hawaii Chickenburger mit Eisbergsalat, Ananas, Currymayonaise und Pommes Frites</p> <p>8,50 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: 1,10 A,Aa,Ac,C,G,I,K Kilojoule: 4949,3 kJ Kilokalorien: 1181 kcal Eiweiß: 41,1 g Kohlenhydrate: 112,4 g Fett: 61,6 g</p>	<p>Ein paniertes Seelachsfilet knusprig in der Pfanne gebraten, mit einer Honig-Senfsauce, dazu gedämpfter Reis und ein kleiner Beilagensalat</p> <p>7,90 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: A,Aa,C,D,G,I,J Kilojoule: 3143,1 kJ Kilokalorien: 749,1 kcal Eiweiß: 41,4 g Kohlenhydrate: 88,5 g Fett: 24,5 g</p>	<p>Schweineschnitzel oder Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln oder Pommes Frites, Gemüse oder ein kleiner Beilagen Salat, Sauce nach Wahl</p> <p>7,50 €</p> <p>Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb Nährwerte: keine Angaben</p>	

Beilagen als Fleischloses Gericht 4,30 € / Sauce extra 0,70 €

Salatbar	Täglich wechselndes Angebot von frischen Blatt-, Rohkost- und Feinkostsalaten, dazu hausgemachte Dressings nach L & D-Rezepturen, Essig & Öl			<p>klein 3,20 € groß 5,90 €</p>
Salat der Woche	Süßkartoffelsalat mit Ingwer, Zimt und Olivenöl in Zitronenmarinade		Dessert der Woche	Schmandcreme mit Preiselbeeren und Birne
	Zusatzstoffe / Allergene:		2,00 €	Zusatzstoffe / Allergene: G
Dessert	Täglich wechselndes Dessert- und Obstangebot			

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff / 2 = mit Konservierungsstoff / 3 = mit Antioxidationsmittel / 4 = mit Geschmacksverstärker / 5 = geschwefelt / 6 = geschwärzt / 7 = gewachst / 8 = mit Phosphat / 9 = mit Süßungsmittel(n) / 10 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n)
Allergene und jeweils daraus hergestellte Erzeugnisse: A = enthält Gluten - Aa = aus Weizen, Ab = aus Roggen, Ac = aus Gerste, Ad = aus Hafer, Ae = aus Dinkel / B = enthält Krebstiere / C = enthält Eier / D = enthält Fisch / E = enthält Erdnüsse / F = enthält Soja / G = enthält Milch (einschließlich Laktose) / H = enthält Schalenfrüchte - Ha = aus Mandeln, Hb = aus Haselnüssen, Hc = aus Walnüssen, Hd = aus Kaschunüssen, He = aus Pecannüssen, Hf = aus Paranüssen, Hg = aus Pistazien, Hh = aus Macadamianüssen, Hq = aus Queenslandnüssen / I = enthält Sellerie / J = enthält Senf / K = enthält Sesam / L = enthält Schwefeldioxid/Sulfite / M = enthält Lupine / N = enthält Weichtiere **Anmerkung:** Die Angaben der Zusatzstoffe, Allergene und Nährwerte erfolgen auf Grundlage der Rezepturen. **Änderungen vorbehalten**