



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	Chinesische Rindfleischsuppe mit Rinderhackfleisch und asiatischem Gemüse abgeschmeckt mit Knoblauch und Chili	Würziger Tomateneintopf mit Kräutern der Provence und pflanzliches Hack Kichererbsen und mediterranes Gemüse, abgeschmeckt mit Kumin und Knoblauch	Eintopf von der Pastinake, Porree und Mettwursteinlage abgeschmeckt mit Schmelzkäse, Zitronensaft und Sahne	Zweierlei Eintopf vom Sellerie angesetzt mit Knollen- und Staudensellerie, Perlgraupen und Waldpilzen		
	5,20 €	5,20 €	5,20 €	4,90 €		
	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	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	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	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		

Vegan Vegetarisch	Eingelegter Blumenkohl "Tandoori" im Ofen gebackene Blumenkohlröschen mit fruchtig roter Currysauce, dazu Kokosreis	Vegetarischer Burger auf Basis von Erbsenprotein und Kokosfett belegt mit verschiedenen Toppings und Dip	Gelbes Linsen-Curry mit Gemüse	Veganes Schnitzel auf Basis von Weizenprotein mit Kartoffeln oder Pommes Frites, Gemüse oder ein kleiner Beilagen Salat, Sauce nach Wahl	Freitags geschlossen
	6,80 €	6,80 €	7,10 €	6,80 €	
	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	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	Zusatzstoffe / Allergene: I Kilojoule: 1609,4 kJ Kilokalorien: 384,6 kcal Eiweiß: 11,6 g Kohlenhydrate: 29,9 g Fett: 22,3 g	Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb Nährwerte: keine Angaben	L&D wünscht Ihnen ein schönes Wochenende

Aktionsgericht	Eine Wirsingroulade im Ofen geschmort gefüllt mit Schweinemett, dazu Zwiebelsauce und Kartoffelpüree	Hawaii Chickenburger mit Eisbergsalat, Ananas, Currymayonaise und Pommes Frites	Ein paniertes Seelachsfilet knusprig in der Pfanne gebraten, mit einer Honig-Senfsauce, dazu gedämpfter Reis und ein kleiner Beilagensalat	Schweineschnitzel oder Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln oder Pommes Frites, Gemüse oder ein kleiner Beilagen Salat, Sauce nach Wahl
	7,70 €	8,50 €	7,90 €	7,50 €
	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	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	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	Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb Nährwerte: keine Angaben

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	klein 3,20 € groß 5,90 €
-----------------	---	---

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**