



27. KW Montag, 1. Juli 2024 Dienstag, 2. Juli 2024 Mittwoch, 3. Juli 2024 Donnerstag, 4. Juli 2024 Freitag, 5. Juli 2024

	Vegan +punkt	Vegan +punkt	+punkt	Vegan +punkt	
Suppen & Eintopfstation	Sommerlicher Gemüse-Eintopf gekocht mit feldfrischen Möhren und Erbsen abgeschmeckt mit Schnittlauch und Meerrettich 4,70 € Zusatzstoffe / Allergene: 3 I,L Kilojoule: 1271,8 kJ Kilokalorien: 304,5 kcal Eiweiß: 10,9 g Kohlenhydrate: 36,4 g Fett: 8,5 g	Provenciale Gemüsesuppe mit frischer Paprika, Oliven, Artischocken und weißen Bohnen, abgeschmeckt mit Balsamico und Knoblauch 4,70 € Zusatzstoffe / Allergene: 3,6 I,L Kilojoule: 949,1 kJ Kilokalorien: 227,4 kcal Eiweiß: 9,3 g Kohlenhydrate: 27,5 g Fett: 7,6 g	Norddeutsche Bohnensuppe mit Bohnenkraut in deftiger Gemüsebrühe mit gekochtem Rindfleisch, Möhren und Lauch 4,70 € Zusatzstoffe / Allergene: I Kilojoule: 683,2 kJ Kilokalorien: 163,1 kcal Eiweiß: 10,7 g Kohlenhydrate: 18,8 g Fett: 3,5 g	Herzhafter Eintopf von Gartenkräutern und Graupen mit feldfrischem Gemüse wie Blumenkohl, Möhren und Sellerie 4,70 € Zusatzstoffe / Allergene: A,Ac,I Kilojoule: 1751,8 kJ Kilokalorien: 415,6 kcal Eiweiß: 11,1 g Kohlenhydrate: 73 g Fett: 4,1 g	Lassen Sie sich überraschen! 4,50 € Zusatzstoffe / Allergene: Info im Betrieb Nährwerte: keine Angaben

Vegan Vegetarisch	+punkt		Vegan
Indisches Kichererbsencurry mit Kokosmilch, Karotten und Porree, dazu ofengebackene Süßkartoffeln 6,60 € Zusatzstoffe / Allergene: F Kilojoule: 2742,4 kJ Kilokalorien: 655,3 kcal Eiweiß: 17,6 g Kohlenhydrate: 89,7 g Fett: 22,3 g	Vegetarischer Burger auf Basis von Erbsenprotein und Kokosfett belegt mit verschiedenen Toppings und Dip 6,60 € 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	Bowl mit NO Chicken Chunks marinierter Reis mit Salat von schwarzen Bohnen, Mais und Guacamole 6,60 € Zusatzstoffe / Allergene: 2 F,L Kilojoule: 3007,6 kJ Kilokalorien: 719,5 kcal Eiweiß: 33,3 g Kohlenhydrate: 56,3 g Fett: 36,6 g	Vegane Gnocchi in Pesto Rosso geschwenkt mit pfannenfrischen mediterranem Gemüse und Rucola 6,60 € Zusatzstoffe / Allergene: 3 G,H,Hd Kilojoule: 3367,7 kJ Kilokalorien: 800,7 kcal Eiweiß: 15,4 g Kohlenhydrate: 117 g Fett: 28,4 g

Aktionsgericht	+punkt		
Würziges Pfannenschaschlik geschmortes Schweinefleisch mit frischer Paprika in einer Schaschliksaucе, dazu gedämpfter Reis 6,90 € Zusatzstoffe / Allergene: 3 I,L Kilojoule: 2116,7 kJ Kilokalorien: 503 kcal Eiweiß: 34,9 g Kohlenhydrate: 63,9 g Fett: 11,2 g	Cheddar-Cheeseburger mit eingelegten Gurken saftiges Rinderpatty mit, Cheddar Käse, knackigem Eisbergsalat, und Hamburgersauce in einem homestyle Burgerbun, dazu knusprige Pommes frites 7,70 € Zusatzstoffe / Allergene: 1,9 A,Aa,G,J,K Kilojoule: 4292,2 kJ Kilokalorien: 1026,7 kcal Eiweiß: 32,4 g Kohlenhydrate: 76,4 g Fett: 64,2 g	Knackiges asiatisches Marktgemüse von der Grillplatte mit in Sesam marinierten Rindfleisch und Mie Nong Nudeln 7,10 € Zusatzstoffe / Allergene: 2,4 A,Aa,F,K Kilojoule: 3122 kJ Kilokalorien: 745,3 kcal Eiweiß: 19,2 g Kohlenhydrate: 81,6 g Fett: 21,9 g	Knusprig gebratenes Schweineschnitzel oder Hähnchenschnitzel mit Gemüse und Kartoffeln 6,70 € Zusatzstoffe / Allergene: 1, A, Aa, C, G Kilojoule: 3007,3 kJ Kilokalorien: 710,9 kcal Eiweiß: 46,8 g Kohlenhydrate: 66,4 g Fett: 26,6 g

Beilagen als Fleischloses Gericht 4,00 € / Sauce extra 0,70 €

Salatbar	Täglich wechselndes Angebot von frischen Blatt-, Rohkost- und Feinkostsalaten, dazu hausgemachte Dressings nach L & D-Rezepturen, Essig & Öl	klein 2,80 € groß 5,50 €
-----------------	---	-------------------------------------

Salat der Woche	Antipast-Nudelsalat mit Rucola, dunklem Balsamico und gerösteten Mandeln Zusatzstoffe / Allergene: 1,3,6 Aa,H,Ha,L	Dessert der Woche	1,80 €	Cremeriger Zitronenjoghurt mit Aprikosenmus und Amarettinis Zusatzstoffe / Allergene: A,Aa,C,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 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, 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**