



K12

Küche und Kantine

Speiseplan

vom 03.10.2022 bis 07.10.2022 / KW 40

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag bis Freitag
von 11.00 Uhr - 14.00 Uhr

Karl-Meyer-Str. 16 / 99734 Nordhausen

Tel.: 03631 4659224

Datum	Montag 3.10.2022	Dienstag 4.10.2022	Mittwoch 5.10.2022	Donnerstag 6.10.2022	Freitag 7.10.2022
Menülinie					
Essen A	Das Team K12 wünscht einen schönen freien Tag!	Fischpfanne Neptun mit Kartoffeln, Joghurt 1701,1 kJ 22,8 g EW 13,2 g F € 5,10	Nudeln mit Linsenbolognesesoße, Pudding 2687,2 kJ 20,9 g EW 12,3 g F € 5,10	Geschnetzeltes Gyros Art mit Reis, dazu Salat 2971,2 kJ 39,3 g EW 24,9 g F € 5,10	Bunter Gemüseeintopf mit Eierstich, Götterspeise mit Vanillesoße 1214,5 kJ 8,9 g EW 1,8 g F € 4,30
Zusatzstoffe		5, d, g, a, a.1	5, c, g, i, a, a.1	g, a, a.1	5, c, g, i
Essen B		Rindfleischentopf mit bunter Gemüseeinlage, Joghurt 1508,9 kJ 26,6 g EW 13,3 g F € 4,60	Cremevorsuppe, Eierkuchen natur mit warmen Apfelkompott 2885,7 kJ 23,6 g EW 30,2 g F € 4,50	Himmel und Erde (Kartoffel-Birnensuppe mit Speck), Joghurt 1620,7 kJ 8,8 g EW 10 g F € 4,30	Sülze mit Remouladensoße und Bratkartoffeln, Götterspeise mit Vanillesoße 4100,5 kJ 36,5 g EW 52,1 g F € 5,10
Zusatzstoffe	5, g, i, a, a.1	5, 3, 1, c, g, i, a, a.1, h.1	g, a, a.1	5, 4, c, g, j, a, a.1	
Tagesempfehlung	Wildgulasch mit Klößen und Rotkohl 1955,3 kJ 30,4 g EW 17,5 g F € 6,30	Spareribs mit hausgemachter Barbecuesoße, Dip und Kartoffelecken, dazu Salat 5769 kJ 93,9 g EW 54,5 g F € 6,90	Currywurst mit hausgemachter Currysoße, dazu Pommes Frites 4400,4 kJ 16,2 g EW 29,5 g F € 5,10	Paniertes Schweineschnitzel mit Pilzgemüse und Kroketten 2205,9 kJ 33,4 g EW 25 g F € 5,30	
Zusatzstoffe	5, a, a.1	5, 4, g, i, a, a.1	3, i	g, a, a.1	

Alle Speisen werden unter Verwendung von jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Speisen sind für Diabetiker geeignet.

Legende der Allergene:

- a- enth. Gluten
- b- enth. Krebstiere
- c- enth. Ei

- d- enth. Fisch
- e- enth. Erdnüsse
- f- enth. Soja

- g- Milch (incl. Laktose)
- h- Schalenfrüchte
- i- enth. Sellerie

- j- enth. Senf
- k- enth. Sesamsamen
- l- enth. Schwefeldioxid und Sulfite

- m- enth. Lupine
- n- enth. Weichtiere

- a.1- enth. Weizen
- a.2- enth. Roggen
- a.3- enth. Gerste

- a.4- enth. Hafer
- a.5- enth. Dinkel
- a.6- enth. Kamut

- h.1- enth. Mandeln
- h.2- enth. Haselnüsse
- h.3- enth. Walnüsse

- h.4- enth. Cashew
- h.5- enth. Pecanüs
- h.6- enth. Paranüs

- h.7- enth. Pistazien
- h.8- enth. Macadamianüsse
- h.9- enth. Queenslandnüsse

Legende der Zusatzstoffe:

- 1- mit Konservierungsstoffe
- 2- mit Antioxidationsmittel
- 3- mit Geschmacksverstärker
- 4- mit Süßungsmittel

- 5- mit Farbstoff
- 6- geschwefelt
- 7- mit Phosphat
- 8- geschwärzt

- 9- coffeinhaltig
- 10- chininhaltig

- 11- gewachst
- 12- bestrahlt oder mit ionisierenden Strahlen behandelt

**Alle Speisen auch zum Mitnehmen.
(zzgl. 0,40 € Verpackungsgebühr pro Essen)**