Unser Angebot vom 09.11. - 13.11.2026 Samtgemeinde Bardowick

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Starter	Gurkensalat 0,90 € BE 0,12 KJ 155 ges.Fs 0.2 g Bst 0.6 g Kcal 37 KH 2.1 g E 0.4 g F 2.9 g Zucker 2.0 g Salz 0.7 g	Laugengebäck 18a, 18c 0,90 € BE 1,64 KJ 973 ges.Fs 0.4 g Bst 4.5 g Kcal 231 KH 43.6 g E 7.1 g F 2.8 g Zucker 0.5 g Salz 1.0 g	Rote Bete 1, 5 0,90 € BE 0,30 KJ 120 ges.Fs 0.1 g Bst 0.9 g Kcal 28 KH 6.0 g E 0.8 g F 0.1 g Zucker 3.6 g Salz 1.2 g	Paprika rot frisch 0,90 € BE 0,12 KJ 66 ges.Fs 0.0 g Bst 1.7 g Kcal 15 KH 2.4 g E 0.9 g F 0.2 g Zucker 2.1 g Salz 0.0 g	Kräuterbaguette 18a 0,90 € BE 0,87 KJ 778 ges.Fs 0.1 g Bst 2.5 g Kcal 184 KH 38.0 g E 6.2 g F 0.6 g Zucker 0.3 g Salz 0.7 g
Gericht 1	Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren und Kartoffelpüree 2, 4, 21, 24, 18a 7,00 € BE 5,04 KJ 605 ges.Fs 1.2 g Bst 1.0 g Kcal 144 KH 11.4 g E 6.5 g F 7.8 g Zucker 2.1 g Salz 0.9 g	Hähnchen Brust Filet natur gebraten mit Sauce "Süß-Sauer" Reis 6 7,00 € BE 5,80 KJ 463 ges.Fs 0.2 g Bst 0.7 g Kcal 110 KH 17.0 g E 7.2 g F 1.5 g Zucker 2.0 g Salz 1.0 g	Königsberger Klopse, helle Sauce und Salzkartoffeln 4, 20, 23, 18a 7,00 € BE 3,60 KJ 643 ges.Fs 3.6 g Bst 1.0 g Kcal 153 KH 10.2 g E 6.2 g F 9.6 g Zucker 1.0 g Salz 1.4 g	Eier-Omelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree 2, 20, 24 7,00 € BE 2,48 KJ 332 ges.Fs 1.5 g Bst 0.4 g Kcal 79 KH 7.6 g E 4.5 g F 3.4 g Zucker 1.9 g Salz 1.1 g	Nudeln mit Tomatensahnesauce 24, 18a 7,00 € BE 6,58 KJ 498 ges.Fs 0.4 g Bst 1.9 g Kcal 119 KH 22.4 g E 3.7 g F 1.3 g Zucker 3.5 g Salz 1.8 g
Gericht 2	Pfannengemüse mit Röstkartoffeln und veganem Kräuterdip 18d 7,00 € BE 3,53 KJ 449 ges.Fs 0.5 g Bst 1.7 g Kcal 107 KH 10.6 g E 2.0 g F 6.0 g Zucker 3.7 g Salz 1.7 g	Pfannengemüse mit Nudeln 18a 7,00 € BE 6,58 KJ 846 ges.Fs 0.9 g Bst 2.5 g Kcal 202 KH 19.7 g E 3.5 g F 11.8 g Zucker 2.2 g Salz 1.4 g	Kürbissuppe mit Brötchen 18a, 18d 7,00 € BE 3,60 KJ 257 ges.Fs 0.2 g Bst 1.1 g Kcal 61 KH 9.4 g E 1.6 g F 1.8 g Zucker 1.0 g Salz 0.5 g	Vegane Cevapcici, Reis und Tomatensauce 26, 18a, 18d 7,00 € BE 8,41 KJ 629 ges.Fs 0.5 g Bst 2.2 g Kcal 150 KH 21.9 g E 4.7 g F 4.3 g Zucker 2.8 g Salz 1.1 g	veganes Geschnetzeltes mit Reis 23, 18c 7,00 € BE 5,97 KJ 541 ges.Fs 0.5 g Bst 0.4 g Kcal 129 KH 17.9 g E 8.2 g F 2.5 g Zucker 0.5 g Salz 1.0 g

Deklarationspflichtige Allergene
18. Gluten; 21. Fisch; 24. Milch; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 18d. Hafer; 18c. Gerste; 20. Ei; 23. Soja; 26. Sellerie;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe
1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 5. mit einer Zuckerart u. Süßungsmittel; 6. mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n);

In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch Allergene verarbeitet. Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann ein Übergang von Spuren dieser Stoffe auf andere Lebensmittel nicht vollkommen ausgeschlossen werden.

Kürzel der Nährwerte
KJ: Energie KJ; Kcal: Energie Kcal; F: Fett; ges.Fs:davon gesättigte Fettsäuren; KH: Kohlenhydrate; Zucker: davon Zucker; Bst: Ballaststoffe; E: Eiweiß; Salz: Salz;

Nährwertkennzeichnung je 100 g oder je 100 ml zubereitetes Produkt.
Informationen zu enthaltenen Zusatzstoffen und Allergenen entnehmen Sie bitte dem gesonderten Aushang. Bitte beachten Sie, dass Allergene in Spuren enthalten sein können. Unsere Mitarbeitenden stehen Ihnen für Auskünfte hierzu gerne zur Verfügung.
Änderungen vorbehalten.

= vegan = vegetarisch = Schwein = Rind = Geflügel = Fisch = Planed V

WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.

Unser Angebot vom 09.11. - 13.11.2026 Samtgemeinde Bardowick

Dessert

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zebra- creme	Vanillepudding	Waldfruchtjoghurt	Schokokuchen	Grießbrei mit Kirschen
24	4, 24	24	20, 23, 24, 18a	24, 18a
VGT 0,90 €	VGT 0,90 €	VGT 0,90 €	0,90 €	VGT 0,90 €
BE 1,69	BE 0,82	BE 0,99	BE 2,18	BE 1,14
KJ 845 ges.Fs 4.3 g Bst 0.8 g	KJ 484 ges.Fs 3.6 g Bst 0.0 g	KJ 308 ges.Fs 0.1 g Bst -	KJ 1,203 ges.Fs 5.3 g Bst 1.6 g	KJ 399 ges.Fs 0.6 g Bst 0.5 g
Kcal 201 KH 29.0 g E 6.1 g	Kcal 115 KH 14.0 g E 3.0 g	Kcal 73 KH 14.8 g E 3.0 g	Kcal 286 KH 43.6 g E 6.7 g	Kcal 94 KH 18.2 g E 2.9 g
F 6.6 g Zucker 28.7 g Salz 0.1 g	F 5.4 g Zucker 13.9 g Salz 0.2 g	F 0.1 g Zucker 12.1 g Salz 0.1 g	F 9.1 g Zucker 22.7 g Salz 0.6 g	F 1.0 g Zucker 12.9 g Salz 0.1 g

Deklarationspflichtige Allergene
18. Gluten; 21. Fisch; 24. Milch; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 18d. Hafer; 18c. Gerste; 20. Ei; 23. Soja; 26. Sellerie;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe
1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 5. mit einer Zuckerart u. Süßungsmittel; 6. mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n);

In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch Allergene verarbeitet. Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann ein Übergang von Spuren dieser Stoffe auf andere Lebensmittel nicht vollkommen ausgeschlossen werden.

Kürzel der Nährwerte
KJ: Energie KJ; Kcal: Energie Kcal; F: Fett; ges.Fs:davon gesättigte Fettsäuren; KH: Kohlenhydrate; Zucker: davon Zucker; Bst: Ballaststoffe; E: Eiweiß; Salz: Salz;

Nährwertkennzeichnung je 100 g oder je 100 ml zubereitetes Produkt.
Informationen zu enthaltenen Zusatzstoffen und Allergenen entnehmen Sie bitte dem gesonderten Aushang. Bitte beachten Sie, dass Allergene in Spuren enthalten sein können. Unsere Mitarbeitenden stehen Ihnen für Auskünfte hierzu gerne zur Verfügung.
Änderungen vorbehalten.

= vegan = vegetarisch = Schwein = Rind = Geflügel = Fisch = Planed V

WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.