Unser Angebot vom 02.11. - 06.11.2026 Samtgemeinde Bardowick

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Starter	Bauernbaguette 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	Hausgemachter Krautsalat 0,90 € BE 0,26 KJ 324 ges.Fs 0.4 g Bst 2.9 g Kcal 77 KH 4.4 g E 1.4 g F 5.9 g Zucker 4.4 g Salz 1.2 g	Eisbergsalat Dressing 27 0,90 € BE 0,24 KJ 544 ges.Fs 0.8 g Bst 0.5 g Kcal 130 KH 5.8 g E 0.6 g F 11.7 g Zucker 4.6 g Salz 0.7 g	hausgemachter Möhrensalat 2 0,90 € BE 0,53 KJ 167 ges.Fs 0.0 g Bst 1.2 g Kcal 39 KH 9.1 g E 0.4 g F 0.1 g Zucker 8.9 g Salz 0.0 g	Gemüsesicks mit Kräuterquark 24 0,90 € BE 0,20 KJ 173 ges.Fs 0.8 g Bst 1.5 g Kcal 41 KH 4.0 g E 3.4 g F 1.3 g Zucker 3.7 g Salz 0.4 g
Gericht 1	Hack-Käse-Lauchsuppe 1, 4, 24 7,00 € BE 1,48 KJ 480 ges.Fs 3.1 g Bst 0.4 g Kcal 114 KH 4.6 g E 8.5 g F 6.9 g Zucker 1.4 g Salz 0.4 g	Gyros von der Pute mit Tzatziki Tomatenreis 24 7,00 € BE 3,07 KJ 743 ges.Fs 0.6 g Bst 0.5 g Kcal 177 KH 9.7 g E 15.0 g F 8.6 g Zucker 1.9 g Salz 0.3 g	Pfannkuchen mit Apfelmus 2, 20, 24, 18a 7,00 € BE 8,04 KJ 588 ges.Fs 1.0 g Bst 1.7 g Kcal 140 KH 21.4 g E 5.0 g F 3.4 g Zucker 6.4 g Salz 0.3 g	Köttbullar mit veganer Rahmsauce, Preiselbeeren und Kartoffeln 20, 18a, 18d 7,00 € BE 3,60 KJ 659 ges.Fs 4.3 g Bst 0.9 g Kcal 157 KH 9.6 g E 6.4 g F 10.3 g Zucker 1.6 g Salz 1.2 g	Hühnerfrikassee mit Reis 24 7,00 € BE 4,28 KJ 407 ges.Fs 0.7 g Bst 0.8 g Kcal 97 KH 15.6 g E 4.4 g F 1.8 g Zucker 0.9 g Salz 0.9 g
Gericht 2	Veganer Kartoffel-Gemüse-Auflauf 18d 7,00 € BE 3,13 KJ 527 ges.Fs 0.6 g Bst 1.1 g Kcal 125 KH 12.5 g E 1.4 g F 7.6 g Zucker 0.9 g Salz 0.2 g	Vegane Nuggets veganer Bratensauce, Blumenkohl & Kartoffeln 18a 7,00 € BE 4,35 KJ 415 ges.Fs 0.5 g Bst 3.0 g Kcal 99 KH 10.6 g E 4.9 g F 3.7 g Zucker 0.9 g Salz 1.0 g	Brokkolie-Knusper-Ecke Veganer Kräuterdip Kräuter- Pellkartoffeln 18a, 18d 7,00 € BE 5,11 KJ 736 ges.Fs 1.5 g Bst 0.5 g Kcal 175 KH 13.9 g E 2.6 g F 12.1 g Zucker 1.7 g Salz 1.1 g	vegane Lasagne 4, 23, 26, 18a 7,00 € BE 4,48 KJ 563 ges.Fs 1.4 g Bst 2.1 g Kcal 134 KH 17.9 g E 4.9 g F 4.4 g Zucker 4.1 g Salz 1.1 g	Asia Gemüse mit Reis und Sauce Süß-Sauer 1, 23, 18a 7,00 € BE 6,96 KJ 517 ges.Fs 0.2 g Bst 1.6 g Kcal 123 KH 25.5 g E 2.3 g F 1.1 g Zucker 10.5 g Salz 0.8 g

Deklarationspflichtige Allergene
18. Gluten; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 24. Milch; 18d. Hafer; 20. Ei; 23. Soja; 26. Sellerie; 27. Senf;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe
1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 9. gewachst;

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

WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.

Unser Angebot vom 02.11. - 06.11.2026 Samtgemeinde Bardowick

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Dessert	Rote Grütze mit Vanillesauce 4, 24 VGT 0,90 € BE 0,89 KJ 441 ges.Fs 2.9 g Bst 1.1 g Kcal 105 KH 14.2 g E 1.8 g F 3.7 g Zucker 12.8 g Salz 0.1 g	Mini Windbeutel 12,5g 20, 24, 18a VGT 0,90 € BE 0,38 KJ 1,592 ges.Fs 20.0 g Bst 0.7 g Kcal 380 KH 18.0 g E 4.8 g F 32.0 g Zucker 11.0 g Salz 0.2 g	Milchreis mit Zimt und Zucker 24 VGT 0,90 € BE 2,85 KJ 688 ges.Fs 1.1 g Bst 1.2 g Kcal 164 KH 34.2 g E 2.5 g F 1.7 g Zucker 26.6 g Salz 0.1 g	Obst 9 0,90 € BE 0,90 KJ 242 ges.Fs 0.0 g Bst 1.8 g Kcal 57 KH 13.3 g E 0.5 g F 0.2 g Zucker 12.1 g Salz 0.0 g	Quarkspeise mit Frucht 9, 24 0,90 € BE 0,66 KJ 455 ges.Fs 2.4 g Bst 0.5 g Kcal 108 KH 11.4 g E 7.2 g F 3.8 g Zucker 10.7 g Salz 0.1 g

Deklarationspflichtige Allergene
18. Gluten; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 24. Milch; 18d. Hafer; 20. Ei; 23. Soja; 26. Sellerie; 27. Senf;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe
1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 9. gewachst;

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 = vegan VGT = vegetarisch = Schwein = Rind = Geflügel

WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.