S P E I S E N A N G E B O T
Land- und Amtsgericht Bonn

KW 46	Montag, 09.11.26	Dienstag, 10.11.26	Mittwoch, 11.11.26	Donnerstag, 12.11.26	Freitag, 13.11.26
Menü 1	***Veganes Gericht*** **4,40 €** **Deftige Bohnensuppe mit Wurzelgemüse und Karotffelwürfeln dazu ein Brötchen** Bohnesuppe I Brötchen A	***Veganes Gericht*** **4,40 €** **Vollkorn Pasta Spiralen Pfanne vom Blech mit Rosenkohl, Champignon und Kürbiswürfeln dazu Schnittlauchsauce auf Haferbasis** Pasta Pfanne I, A4	***Veganes Gericht*** **4,40 €** **Pikantes scharfes Bohnengulasch mit Kumin & Ras el Hanout gewürzt aus Brechbohnen, Kidneybohnen und Riesenbianci dazu Vollkornreis** Bohnenragout I Vollkornreis	***Veganes Gericht*** **4,40 €** **Bami Goreng gebratenes asiatisches Nudelgericht mit buntem Gemüse, Bambussprossen und Sojasauce** Bami Goreng I,K	**4,40 €** **Tagestipp**
Nährwerte	kcal: 608,4kcal / kJ: 2545,3kJ / BE: 1,9BE / Eiweiß: 30,5g / Fett: 27,8g / Harnsäure: 300,7mg / Cholesterin: 53mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3184,8mg	kcal: 829,8kcal / kJ: 3441kJ / BE: 3,6BE / Eiweiß: 9,5g / Fett: 17,6g / Harnsäure: 105,7mg / Cholesterin: 0,6mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 6720,9mg	kcal: 624,2kcal / kJ: 2359,7kJ / BE: 7,8BE / Eiweiß: 9,5g / Fett: 5,9g / Harnsäure: 125,9mg / Cholesterin: 5,1mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3249mg	kcal: 439,9kcal / kJ: 1421,6kJ / BE: 2BE / Eiweiß: 0,9g / Fett: 20,2g / Harnsäure: 32,6mg / Cholesterin: 6,8mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2416,6mg	kcal: 670,5kcal / kJ: 786,6kJ / BE: 0,8BE / Eiweiß: 6,7g / Fett: 4,3g / Harnsäure: 22mg / Cholesterin: 177,9mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1709,8mg
Menü 2	**Green Chicken Curry** **4,80 €** **in der Pfanne geschwenktes Gemüse und Hähnchenstreifen mit Kokosmilch, mit grünem Curry scharf abgeschmeckt, Basmatireis** Currypfanne I, F, K	**Hirtenrolle griechische Art** **4,80 €** **gefüllt mit cremigen Frischkäse dazu tomatiger Balkan-Gemüsereis und Joghurt-Kräuter Dip** Hirtenrolle A,G,J Tomatenreis	**Cremiger Schinken-Nudel Auflauf** **4,80 €** **Penne Nudeln in cremiger Sahnesauce mit Schinkenstreifen und Erbsen überbacken** Nudelauflauf G, I, 3, 8	**"Tom Kha Gai" - Thailändische Hühnersuppe mit viel Gemüse, Kokosmilch und Curry, Glasnudeln** **4,80 €** Hühnersuppe A, I	**5 St Seelachs Kibbeling** **4,80 €** **aus nachhaltigem Fischfang mit Zitronenmayonaise dazu bunter Gemüse-Kartoffelsalat** Kibbeling A, C, D, G Zitronenmayonaise G, L, 9 Kartoffelsalat A, C, J,i, 1, 2, 9
Nährwerte	kcal: 860kcal / kJ: 1043,8kJ / BE: 0,7BE / Eiweiß: 2,7g / Fett: 22,5g / Harnsäure: 37,7mg / Cholesterin: 0,5mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 2289,9mg	kcal: 460,6kcal / kJ: 2021,9kJ / BE: 4,6BE / Eiweiß: 15,8g / Fett: 9g / Harnsäure: 113,4mg / Cholesterin: 60,1mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 3610,4mg	kcal: 475,7kcal / kJ: 1988,5kJ / BE: 3,6BE / Eiweiß: 20,8g / Fett: 12,6g / Harnsäure: 62,3mg / Cholesterin: 19,2mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 1335,3mg	kcal: 786,9kcal / kJ: 2400,7kJ / BE: 3,4BE / Eiweiß: 14,6g / Fett: 20,2g / Harnsäure: 96,1mg / Cholesterin: 66,8mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 4620,6mg	kcal: 501,8kcal / kJ: 296,4kJ / BE: 0,6BE / Eiweiß: 2,1g / Fett: 3,2g / Harnsäure: 54,7mg / Cholesterin: 0,5mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 341,7mg
Aktion	**Kleines Schweinerückensteak** **8,90 €** **Sauce Robert mit Senf Essiggurkenwürfelchen & Zwiebeln dazu 3 Rösti Ecken** Schweinesteak A Sauce Robert 2, 3, I, J Rösti	**Portion dicke Bohnen in Rahmsauce** **7,50 €** **dazu eine Scheibe Kasselerbraten und Salzkartoffeln** Dicke Bohnen I, G Kasseler 3, 8 Salzkartoffeln	**Schweineschnitzel frisch paniert** **8,90 €** **dazu Champignonsauce, Pommes Frites und Salat** Schnitzel A,A1,C Champignonsauce L Pommes frites Nachhaltig aus der Region	**Oma's Hackbraten von Schwein** **8,90 €** **in kräftiger Majoransauce dazu geschmorter Rosenkohl und Schwenkkartoffeln** Hähnchenbrustfilet A, B, D, F, J, K Currysauce fruchtig A, B, D, F, G, I, J, K Basmatireis K	**Jeden Freitag** **6,50 €** **Currywurst mit leckerer scharfer Currysauce dazu Pommes frites** Rostbratwurst 3, 8 Currywurstsauce Pommes frites Nachhaltig aus der Region
Nährwerte	kcal: 1035,1kcal / kJ: 777kJ / BE: 0,6BE / Eiweiß: 2,3g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 18,6mg / Cholesterin: 1mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 4281,2mg	Kilokalorien: 540,9kcal / KH: 36,3g / BE: 3BE / Fett: 1,8g / Zucker: 0g / Salz: 0,3g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,3g / Kilojoule: 923,1kJ	kcal: 750,7kcal / kJ: 1639,6kJ / BE: 1BE / Eiweiß: 40,6g / Fett: 4,3g / Harnsäure: 355,3mg / Cholesterin: 107,4mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 5217,8mg	kcal: 256,8kcal / kJ: 675,8kJ / BE: 0,3BE / Eiweiß: 1,2g / Fett: 0,4g / Harnsäure: 8,6mg / Cholesterin: 0,3mg / mehrfach ungesättigte Fettsäuren: 5824,9mg	Kilokalorien: 742,8kcal / KH: 48,9g / BE: 4,1BE / Fett: 0,5g / Zucker: 0g / Salz: 2,6g / davon gesättigte Fettsäuren: 0,1g / Kilojoule: 1949,3kJ
Salatbar	Täglich eine Auswahl an frischen Salaten mit verschiedenen Dressings - 1,30 € / 100 g				
Dessert	Wahlweise Obst, Pudding, verschiedene Milchprodukte täglich wechselnd im Angebot - ab 1,50 €				

Die Kette KochWerk gemeinnützig

Betriebsstätte:
Land- und Amtsgericht Bonn
Wilhelmstraße 21
53111 Bonn
Ansprechpartner: T. Hinken
Telefon: 0228-96558333
Mail: lg.bn@die-kette.de

Legende

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

Allergene und daraus hergestellte Erzeugnisse:

A enthält Gluten - **A1** aus Weizen, **A2** aus Roggen, **A3** aus Gerste, **A4** aus Hafer, **A5** aus Dinkel / **B** enthält Krebstiere / **C** enthält Ei / **D** enthält Fisch / **E** enthält Erdnüsse / **F** enthält Soja / **G** enthält Milch einschl. Laktose / **H** enthält Schalenfrüchte - **H1** aus Mandeln, **H2** aus Haselnuss, **H3** aus Walnuss, **H4** aus Cashewnuss, **H5** aus Pekanuss, **H6** aus Paranuss, **H7** aus Pistazie, **H8** aus Macadamianuss / **I** enthält Sellerie / **J** enthält Senf / **K** enthält Sesam / **L** enthält Schwefeldioxid; Sulfite / **M** enthält Lupine / **N** enthält Weichtiere

Hinweis

Alle Angaben basieren auf der Grundlage unserer Rezepturen. Bei Fragen, Wünschen oder Anregungen wenden Sie sich bitte an den Betriebsleiter. **Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten.**