

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 11.01.2021 bis zum 15.01.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 03, 09 kcal 11 F 0,07 E 0,43 KH 2,02				
Menü 1	Eierpfannkuchen dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 129 F 3,16 E 5,29 KH 19,23	Rindergulasch dazu Gabelspaghetti Lollo Rosso Salat  Z2, 01, 07, 09, 12 kcal 46 F 1,78 E 4,43 KH 2,83	Geflügelhackrolle an einer Rahmsoße dazu Butterreis und bunter Salat  Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 12 kcal 106 F 5.23 E 4.28 KH 10.24	Fischfiguren an pikanter Soße Romanescogemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 04, 07 kcal 60 F 2,09 E 3,2 KH 6,86	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 87 F 4,67 E 4,73 KH 6,22
Menü 2	Eierpfannkuchen dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 129 F 3,16 E 5,29 KH 19,23	Gemüsebällchen an Tomatensoße dazu Gabelspaghetti Lollo Rosso Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 81 F 2.51 E 5.13 KH 9.2	Gemüsefrikadelle an Rahmsoße dazu Butterreis und bunter Salat Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 101 F 4.3 E 2.06 KH 14.18	Falafelbällchen an pikanter Soße Romanescogemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 07, 09 kcal 65 F 2,73 E 2,53 KH 7,11	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 87 F 4,67 E 4,73 KH 6,22
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Fruchtquarkspeise Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86

Die Legende der Allergene/Zusatzstoffe ist in den Einrichtungen hinterlegt und auf unserer Homepage abrufbar.

Nährwertangaben je 100 g: kcal (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate