

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 08.03.2021 bis zum 12.03.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Gemüsecremesuppe Z8, Z24, 01, 07, 09 kcal 51 F 2,26 E 1,09 KH 6,28				
Menü 1	Eierpfannkuchen dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 129 F 3,16 E 5,29 KH 19,23	Bolognese-Soße mit Maccaroni Chips bunter Blattsalat  Z2, 01,03, 06, 12 kcal 68 F 4,35 E 3,26 KH 3,5	Hähnchen Nuggets an Currysoße mit Paprikagemüse und Kartoffelpüree  Z4, Z11, Z24, 01, 07 kcal 84 F 4.96 E 3.45 KH 6.16	Kabeljau Loins an pikanter Soße dazu Gurkensalat und Butterreis  Z2, Z3, Z4, 01, 04, 06, 07, 10, 12 kcal 96 F 3.44 E 4.77 KH 11.28	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	Maccaroni Chips mit Tomatensoße bunter Blattsalat Z2, 01,03, 06, 12 kcal 40 F 1,4 E 0,79 KH 5,8	Gemüse Nuggets an Currysoße mit Paprikagemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 03, 07, 09 kcal 65 F 3.42 E 1.79 KH 6.25	Gemüsecroketten an pikanter Soße dazu Gurkensalat und Butterreis Z2, Z3, Z4, 01, 06, 07, 09, 12 kcal 73 F 1.4 E 2.18 KH 12.64	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			Früchtequark 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 (Kalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate