

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 04.10.2021 bis zum 08.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Nudelsuppe 01, 03, 06, 09 kcal 11 F 0,06 E 0,41 KH 2,03				
Menü 1	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 129 F 0,99 E 2,68 KH 27,53	Zürcher Geschnetzeltes Leipziger Allerlei und Butterreis  Z2, Z4, 01, 07, 09 kcal 60 F 1,54 E 5 KH 6,07	Bifteki mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln grüner Blattsalat  Z1, Z2, Z14, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 12 kcal 147 F 9,8 E 5,57 KH 8,33	Farfalle Triolor mit Tomatensoße gemischter Salat Z2, 01, 07, 12 kcal 61 F 2,32 E 1,53 KH 8,2	Fischfilet an Kräuterrahmsoße Möhren-Mais-Gemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 04, 07, 10 kcal 79 F 4,01 E 2,75 KH 7,7
Menü 2	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 129 F 0,99 E 2,68 KH 27,53	Pilzragout dazu Leipziger Allerlei und Butterreis Z2, Z4, 01, 07 kcal 78 F 3,31 E 2,12 KH 9,69	Bratling mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln grüner Blattsalat Z1, Z2, Z14, Z24, 01, 07, 09, 12 kcal 135 F 8,16 E 2,81 KH 12,02	Farfalle Triolor mit Tomatensoße dazu gemischter Salat Z2, 01, 07, 12 kcal 61 F 2,32 E 1,53 KH 8,2	Gemüseschnitzel an Kräuterrahmsoße Möhren-Mais-Gemüse dazu Kartoffelpüree Z24, 01, 07 kcal 84 F 4,28 E 2,84 KH 8,3
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 (Kalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate