

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 18.10.2021 bis zum 22.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Gemüsecremesuppe</b> Z8, Z24, 01, 07, 09 kcal 51 F 2,26 E 1,09 KH 6,28				
Menü 1	<b>Kaiserschmarrn</b>  dazu Vanillesoße  01, 03, 07 kcal 190 F 6,53 E 6,1 KH 26,02	<b>Bolognesesoße</b>  mit Maccaroni Chips dazu bunter Salat   Z2, 01, 06, 12 kcal 71 F 4.44 E 3.48 KH 3.77	<b>Chinesische Gemüsepfanne</b>  Hähnchenstreifen und Butterreis   Z4, 01, 06, 07 kcal 285 F 4,22 E 7,12 KH 9,06	<b>Fischfilet Mediterran</b>  an Kräuterrahmsoße Brocoligemüse und Kartoffelpüree   Z4, Z24, 01, 03, 04, 06, 07, 09, 10, 14 kcal 77 F 5,25 E 4,49 KH 2,76	<b>Gefüllte Ravioli</b>  Käse-Sahne-Soße gemischter Salat  Z2, 01, 03, 07, 12 kcal 174 F 9.36 E 5.49 KH 16.93
Menü 2	<b>Kaiserschmarrn</b>  dazu Vanillesoße  01, 03, 07 kcal 190 F 6,53 E 6,1 KH 26,02	<b>Maccaroni Chips</b>  mit Tomatensoße dazu bunter Salat  Z2, 01, 06, 12 kcal 41 F 1.29 E 0.95 KH 6.16	<b>Chinesische Gemüsepfanne</b>  mit vegetarischen Bällchen und Butterreis  Z4, 01, 06, 07, 10 kcal 293 F 5,63 E 2,32 KH 13,76	<b>Gefüllte Paprika</b>  an Kräuterrahmsoße dazu Kartoffelpüree und Eisbergsalat  Z2, Z24, 01, 06, 07, 12 kcal 56 F 2.82 E 1.63 KH 5.67	<b>Gefüllte Ravioli</b>  an Käse-Sahne-Soße gemischter Salat  Z2, 01, 03, 07, 12 kcal 174 F 9.36 E 5.49 KH 16.93
Dessert	<b>Frisches Obst</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				
	<b>Vanillequark</b>  06, 07 kcal 95 F 4,65 E 7,89 KH 4,95				

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