





Speiseplan für Kitas und BGS

vom 06.12.2021 bis zum 10.12.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Deftiger Kartoffeleintopf mit buntem Gemüse Puten Wienerle dazu ein Brötchen  Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 52 F 1,32 E 2,15 KH 7,38	Bolognesesoße dazu Gabelspaghetti und bunter Blattsalat  Z2, 01, 03, 06, 12 kcal 72 F 4,28 E 3,58 KH 4,34	Hähnchen Nuggets an Currysoße dazu Rohkost und Kartoffelpüree  Z5, Z11, Z24, 01, 07 kcal 84 F 4,64 E 3,52 KH 6,83	Fischfrikadelle an pikanter Soße Paprika-Mais- Gemüse und Butterreis  Z4, 01, 04, 07 kcal 85 F 1,38 E 6,77 KH 10,82	Ravioli mit Käse an Sahnesoße gemischter Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 179 F 9,39 E 5,2 KH 18,38
Menü 2	Deftiger Kartoffeleintopf mit buntem Gemüse Veggie Würstchen dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 73 F 3,11 E 2,92 KH 7,66	Gabelspaghetti mit Tomatensoße dazu bunter Blattsalat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 49 F 1,83 E 1,41 KH 6,61	Gemüse Nuggets an Currysoße dazu Rohkost und Kartoffelpüree Z5, Z24, 01, 03, 07, 09 kcal 55 F 2,06 E 1,74 KH 6,65	Gemüsefrikadelle an pikanter Soße dazu grüner Salat und Butterreis Z2, Z4, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 93 F 3,49 E 2,2 KH 13,97	Ravioli mit Käse an Sahnesoße gemischter Salat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 153 F 8 E 4,5 KH 15,7
Dessert	Frischer Obstsalat kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Vanillequark 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