





Speiseplan für Kitas und BGS

vom 19.04.2022 bis zum 22.04.2022

	Ostermontag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1		Deftiger Nudleintopf mit buntem Gemüse und Putenklößchen Vollkornbrötchen  Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10, 11 kcal 61 F 1.65 E 2.68 KH 8.49	Bifteki mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Rohkost  Z1, Z14, Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10 kcal 130 F 8,3 E 5,29 KH 7,92	Fischfrikadelle an Tomatensoße dazu Kaisergemüse und Butterreis  Z4, 01, 04, 07 kcal 85 F 1.32 E 6.79 KH 10.71	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 86 F 4,58 E 4,52 KH 6,27
Menü 2		Deftiger Nudleintopf mit buntem Gemüse und Veggie Klößchen Vollkornbrötchen Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 11 kcal 86 F 3.71 E 3.6 KH 8.87	Bratling mit Tzatziki dazu Bratkartoffeln und Rohkost Z1, Z14, Z24, 01, 07, 09 kcal 119 F 6,72 E 2,48 KH 11,61	Gemüsefrikadelle an Tomatensoße dazu Lollo Rosso Salat und Butterreis Z2, Z4, 01, 03, 07, 09, 12 kcal 108 F 4.31 E 2.77 KH 14.96	Rührei dazu Rahmspinat und Butterkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 86 F 4.58 E 4.52 KH 6.27
Dessert		Frischer Obstsalat kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Sahnepudding 07 kcal 74 F 1,39 E 3,14 KH 12,14

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