

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 01.08.2022 bis zum 05.08.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Kartoffelcremesuppe Z8, 01, 07, 09 kcal 133 F 5,17 E 2,37 KH 18,72				
Menü 1	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 181 F 5.51 E 4.59 KH 27.79	Hühnerfrikassee dazu Markerbsen und Butterreis  Z2, Z4, 01, 07 kcal 65 F 1,72 E 4,75 KH 7	Fisch Nuggets an Tomatensoße Zucchini Gemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 02, 04, 07, 10 kcal 58 F 2.45 E 2.5 KH 6.69	Rindergeschnetzeltes dazu Spiralnudeln und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 52 F 1,73 E 4,34 KH 4,56	Rührei dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 80 F 3,98 E 4,27 KH 6,44
Menü 2	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 181 F 5.51 E 4.59 KH 27.79	Ratatouille dazu Butterreis und bunter Blattsalat Z4, Z8, 06, 07, 10, 12 kcal 44 F 0.85 E 1.1 KH 7.4	Gemüse Nuggets an Tomatensoße dazu Zucchini Gemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 03, 07, 09 kcal 54 F 2.26 E 1.94 KH 6.31	Mediterrane Nudelpfanne dazu Gurkensalat Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 52 F 1.2 E 1.65 KH 7.85	Rührei dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 80 F 3,98 E 4,27 KH 6,44
Dessert		Melone 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 (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate