

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 31.10.2022 bis zum 04.11.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 134 F 01,03 E 2,9 KH 28,51	Rindergulasch Maccaroni Chips und grüner Salat  Z2, 01, 06, 09, 12 kcal 48 F 1,57 E 3,98 KH 4,15	Zürcher Geschnetzeltes Pariser Karotten und Reis  Z2, 01, 07, 09 kcal 136 F 1.63 E 6.62 KH 22.99	Fischfrikadelle an Rahmsoße dazu Kürbisgemüse und Ofenkartoffeln  Z8, 01, 04, 07, 12 kcal 85 F 2.28 E 5.37 KH 10.2	Tagliatelle Tomaten-Sahne- Soße mit Gemüserohkost 01, 03, 06 kcal 195 F 1.54 E 6.86 KH 37.61
Menü 2	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 134 F 1,03 E 2,9 KH 28,51	Ratatouille Maccaroni Chips und grüner Salat Z2, 01, 06, 12 kcal 33 F 0,68 E 1,04 KH 5,06	Pilzragout dazu Eichblattsalat und Reis Z2, Z4, 01, 07, 12 kcal 186 F 8,78 E 3,08 KH 23,31	Broccoliecke an Rahmsoße dazu Kürbisgemüse und Ofenkartoffeln Z8, 01, 07, 12 kcal 84 F 2.55 E 2.17 KH 12.3	Tagliatelle Tomaten-Sahne-Soße mit Gemüserohkost 01, 03, 06 kcal 195 F 1.54 E 6.86 KH 37.61
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Karamellpudding 07 kcal 107 F 3,5 E 2,9 KH 16

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