




# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 21.11.2022 bis zum 25.11.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<b>Kartoffelauflauf</b>  mit buntem Gemüse und grünem Salat  Z2, 07, 12 kcal 84 F 4.11 E 1.95 KH 9.51	<b>Bolognesesoße</b>  mit Spaghetti dazu bunter Salat   Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 89 F 4,35 E 4,01 KH 7,95	<b>Schnitzel</b>  an Rahmsoße dazu Kürbisgemüse Risoleekartoffeln   Z8, 01, 07, 12 kcal 95 F 3.19 E 4.97 KH 11.14	<b>Fischfilet</b>  an pikanter Soße dazu Babymöhrrchen und Reis   01, 04, 10 kcal 109 F 2.83 E 3.69 KH 16.4	<b>Farfalle Triolor</b>  Käse-Sahne-Soße gemischter Salat  Z2, 01, 07, 12 kcal 199 F 3,66 E 6,47 KH 34,37
Menü 2	<b>Kartoffelauflauf</b>  mit buntem Gemüse und grünem Salat  Z2, 07, 12 kcal 84 F 4.11 E 1.95 KH 9.51	<b>Spaghetti</b>  mit Tomatensoße dazu bunter Salat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 55 F 1,13 E 1,68 KH 9,41	<b>Gemüseschnitzel</b>  an Rahmsoße dazu Eichblattsalat Risoleekartoffeln  Z2, Z8, 01, 07, 12 kcal 104 F 4,19 E 3,4 KH 12,89	<b>Gefüllte Paprika veget.</b>  an pikanter Soße dazu grüner Salat und Reis  Z2, 01, 06, 12 kcal 137 F 1,79 E 3,24 KH 26,04	<b>Farfalle Triolor</b>  Käse-Sahne-Soße gemischter Salat  Z2, 01, 07, 12 kcal 199 F 3,66 E 6,47 KH 34,37
Dessert	<b>Frisches Obst</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				<b>Vanillepudding</b> 07 kcal 75 F 1,39 E 3,13 KH 12,38

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