

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 02.01.2023 bis zum 06.01.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Karottencremesuppe 01, 07, 09 kcal 50 F 2,09 E 0,75 KH 6,56				
Menü 1	Eierpfannkuchen mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 131 F 2,18 E 3,7 KH 23,27	Geflügelfrikadelle an Rahmsoße dazu Markerbsen und Kartoffelpüree  Z24, 01, 03, 06, 07, 09, 10 kcal 70 F 3,06 E 3,85 KH 6,39	Rindergulasch Maccaroni Chips und grüner Salat  Z2, 01, 06, 09, 12 kcal 48 F 1,57 E 3,98 KH 4,15	Fischfilet an pikanter Soße dazu Balkangemüse und Reis  Z4, 01, 04, 07, 10 kcal 117 F 3,4 E 4,16 KH 16,55	Tagliatelle mit Tomatensoße Gemüserohkost 01, 03, 06 kcal 195 F 1,54 E 6,86 KH 37,61
Menü 2	Eierpfannkuchen mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 131 F 2,18 E 3,7 KH 23,27	Gemüsefrikadelle an Rahmsoße dazu Eisbergsalat und Kartoffelpüree Z2, Z24, 01, 03, 07, 09, 12 kcal 66 F 3,15 E 1,89 KH 8,23	Pilzragout Maccaroni Chips und grüner Salat Z2, 01, 07, 12 kcal 42 F 1,57 E 1,84 KH 4,95	Gefüllte Paprika veget. an pikanter Soße bunter Blattsalat und Reis Z2, 01, 06, 12 kcal 84 F 1,84 E 2,16 KH 13,89	Tagliatelle Tomatensoße 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			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