




Speiseplan für Kitas und BGS

vom 09.01.2023 bis zum 13.01.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gemüseauflauf mit Salzkartoffeln Lollo Rosso Salat Z2, Z4, Z8, 01, 07, 12 kcal 87 F 4.43 E 3.35 KH 7.89	Hähnchenbrustfilet an Currysoße Pariser Karotten und Reis  01, 07, 08, 09, 10 kcal 103 F 2.75 E 6.08 KH 12.79	Bolognesesoße mit Spaghetti bunter Blattsalat  Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 89 F 4,35 E 4,01 KH 7,95	Fischfrikadelle an Rahmsoße dazu Maisgemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 04, 07 kcal 66 F 1.84 E 5.07 KH 7.03	Tortellini mit Käse mit Kräuterrahmsoße und bunter Salat Z2, Z24, 01, 03, 07, 12 kcal 39 F 2,97 E 0,71 KH 2,35
Menü 2	Gemüseauflauf mit Salzkartoffeln Lollo Rosso Salat Z2, Z4, Z8, 01, 07, 12 kcal 87 F 4.43 E 3.35 KH 7.89	Gemügesticks an Currysoße dazu Eisbergsalat und Reis Z2, Z4, 01, 03,06,07, 08,09, 10, 11, 12 kcal 136 F 6,9 E 2,23 KH 16,1	Spaghetti mit Tomatensoße dazu bunter Blattsalat Z2, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 55 F 1,13 E 1,68 KH 9,41	Broccoliecke an Rahmsoße dazu Endiviensalat und Kartoffelpüree Z2, Z24, 01, 07, 12 kcal 58 F 2.08 E 1.91 KH 7.53	Tortellini mit Käse mit Kräuterrahmsoße und bunter Salat Z2, Z24, 01, 03, 07, 12 kcal 45 F 3,48 E 0,75 KH 2,68
Dessert	Frisches Obst 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