

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 30.01.2023 bis zum 03.02.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Muschelnudelsuppe 01, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	Pancakes dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 193 F 6,33 E 6,03 KH 27,27	Rindergeschnetzeltes dazu Gabelspaghetti und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 74 F 2,65 E 6,19 KH 6,14	Bratwurst dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln  Z2, Z8, Z11, Z14, 01, 07, 12 kcal 50 F 1,72 E 1,38 KH 6,97	Fischfiguren an Kräuterrahmsauce mit Fingermöhrrchen und Reis  01, 04 kcal 138 F 4,71 E 4,27 KH 18,76	Gefülltes Omelette dazu bunter Salat Z2, Z8, 07, 12 kcal 56 F 2,37 E 1,35 KH 6,55
Menü 2	Pancakes dazu Vanillesoße 01, 03, 07 kcal 193 F 6,33 E 6,03 KH 27,27	Ratatouille dazu Gabelspaghetti und Gurkensalat Z2, Z3, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 42 F 0,97 E 1,32 KH 6,33	veget. Bratwurst dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Z4, Z8, Z24, 01, 03, 06, 07, 12 kcal 102 F 5,05 E 5,38 KH 8,08	Soja Nuggets an Kräuterrahmsauce mit Fingermöhrrchen und Reis 01, 03, 07, 09 kcal 130 F 4,79 E 2,99 KH 17,7	Gefülltes Omelette dazu bunter Salat Z2, Z8, 07, 12 kcal 56 F 2,37 E 1,35 KH 6,55
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Vanillepudding 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