



Speiseplan für Kitas und BGS

vom 27.03.2023 bis zum 31.03.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Kartoffelcremesuppe Z8, 01, 07, 09 kcal 98 F 4,06 E 1,65 KH 13,4				
Menü 1	Quarkkeulchen dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 102 F 3,13 E 3,38 KH 14,69	Hähnchencurry dazu Karottenscheiben und Reis 01 kcal 156 F 3,01 E 7,11 KH 24,59 	Bratwurst an pikanter Soße dazu Eichblattsalat und Kartoffelpüree Z2, Z11, Z14, Z24, 07, 12 kcal 21 F 0,88 E 0,91 KH 2,19 	Fischstäbchen dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Z8, 01, 04, 07, 12 kcal 96 F 3,74 E 4,5 KH 10,5 	Maccaroni Chips mit Tomatensoße dazu Gemüserohkost 01 kcal 32 F 0,4 E 0,89 KH 6,05
Menü 2	Quarkkeulchen dazu Apfelmus Z2, 01, 03, 07 kcal 102 F 3,13 E 3,38 KH 14,69	Gemüsecurry dazu bunter Blattsalat und Reis Z2, 01, 07, 12 kcal 141 F 2,82 E 2,91 KH 25,35	vegetarische Bratwurst an pikanter Soße dazu Eichblattsalat und Kartoffelpüree Z2, Z24, 01, 03, 07, 12 kcal 86 F 5,8 E 4,11 KH 3,84	Rührei dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 12 kcal 74 F 3,32 E 3,47 KH 7,14	Maccaroni Chips mit Tomatensoße dazu Gemüserohkost 01 kcal 32 F 0,4 E 0,89 KH 6,05
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			Fruchtquarkspeise Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86

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