

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 08.05.2023 bis zum 12.05.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Muschelnudelsuppe</b> 01, 011, 03, 09 kcal 20 F 0,11 E 0,77 KH 3,66				
Menü 1	<b>Eierpfannkuchen</b> mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 131 F 2,18 E 3,7 KH 23,27	<b>Hühnerfrikassee</b> dazu Markerbsen und Reis  Z2, 01, 011 kcal 157 F 2,09 E 7,11 KH 26,51	<b>Rindergeschnetzeltes</b> dazu Gurkensalat und Spätzle  Z2, Z3, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 148 F 3.18 E 9.07 KH 20.15	<b>Fischfrikadelle</b> an Tomatensoße dazu Maisgemüse und Kartoffelpüree  Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 59 F 1.29 E 5 KH 6.47	<b>Ravioli Formaggi</b> mit Sahnesoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 189 F 10,63 E 5,21 KH 18,1
Menü 2	<b>Eierpfannkuchen</b> mit heißen Kirschen 01, 03, 07 kcal 131 F 2,18 E 3,7 KH 23,27	<b>Gemüseragout</b> dazu bunter Blattsalat und Reis Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 68 F 1.7 E 1.43 KH 11.22	<b>Pilzragout</b> dazu Gurkensalat und Spätzle Z2, Z3, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 139 F 3,77 E 4,4 KH 21,31	<b>Gemüsefrikadelle</b> an Tomatensoße dazu Maisgemüse und Kartoffelpüree Z24, 01, 03, 07, 09 kcal 65 F 2.55 E 1.9 KH 9.03	<b>Ravioli Formaggi</b> mit Sahnesoße dazu bunter Salat Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 189 F 10,63 E 5,21 KH 18,1
Dessert		<b>Frisches Obst</b> kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			<b>Himbeerquark</b> 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