

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 29.01.2024 bis zum 02.02.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<p><b>Deftiger Gemüseintopf</b></p> <p>mit Puten Wienerle ein Vollkornbrötchen </p> <p>Z1, Z2, Z5A, Z8, Z11, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 79 F 1,86 E 3,09 KH 7,05</p>	<p><b>Hühnerfrikassee</b></p> <p>dazu Markerbsen und Reis </p> <p>Z2, 01, 011,07 kcal 65 F 1,87 E 5,25 KH 6,51</p>	<p><b>Fischfiguren</b></p> <p>an pikanter Soße dazu bunter Blattsalat dazu Kartoffelpüree </p> <p>Z2, Z24, 01, 04, 07, 12 kcal 66 F 2.71 E 3.04 KH 6.92</p>	<p><b>Bratwurst</b></p> <p>dazu Rahmspinat und Risoleekartoffeln </p> <p>Z2, Z8, Z11, Z24, 01, 011, 07, 12 kcal 94 F 4,94 E 5,46 KH 6,58</p>	<p><b>Eiernudeln</b></p> <p>an Tomatensoße dazu gemischter Salat</p> <p>Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 107 F 2,39 E 4,66 KH 16,34</p>
Menü 2	<p><b>Deftiger Gemüseintopf</b></p> <p>mit Veggie Würstchen ein Vollkornbrötchen</p> <p>Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 85 F 4,05 E 3,54 KH 7,83</p>	<p><b>Gemüseragout</b></p> <p>dazu Eichblattsalat und Reis</p> <p>Z2, 01, 011, 07, 12 kcal 67 F 1,6 E 1,41 KH 11,25</p>	<p><b>Sesam-Karotten-Sticks</b></p> <p>an pikanter Soße dazu bunter Blattsalat und Kartoffelpüree</p> <p>Z2, Z24, 01, 011, 03, 07, 08, 081, 082, 083, 09, 10, 11, 12 kcal 63 F 3,14 E 1,59 KH 6,92</p>	<p><b>veget. Bratwurst</b></p> <p>dazu Rahmspinat und Risoleekartoffeln</p> <p>Z4, Z8, Z24, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 74 F 3.12 E 3.44 KH 7.56</p>	<p><b>Eiernudeln</b></p> <p>an Tomatensoße dazu gemischter Salat</p> <p>Z2, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 107 F 2,39 E 4,66 KH 16,34</p>
Dessert	<p><b>Frisches Obst</b></p> <p>kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4</p>				<p><b>Fruchtquarkspeise</b></p> <p>Z2, Z4, 06, 07 kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86</p>

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