

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 12.02.2024 bis zum 16.02.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Möhreneintopf mit Putenklößchen und Vollkornbrötchen  Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 03, 06, 07, 09, 10, 11, 12 kcal 78 F 2,01 E 3,16 KH 10,78	Bifteki an pikanter Soße dazu Karottenscheiben und Ofenkartoffeln  Z8, 12 kcal 52 F 1.47 E 1.05 KH 7.88	Zürcher Geschnetzeltes mit Maccaroni Chips dazu Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 011, 06, 07, 09, 12 kcal 45 F 1.35 E 4.45 KH 3.47	Fischfilet an Rahmsoße dazu Maisgemüse und Reis  01, 011, 04, 07, 10 kcal 142 F 4.62 E 4.38 KH 20.2	Gefülltes Omelette dazu bunter Salat Z2, Z8, 07, 12 kcal 65 F 3,54 E 1,14 KH 6,38
Menü 2	Möhreneintopf mit Veggie Klößchen und Vollkornbrötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 03, 06, 07, 09, 11, 12 kcal 60 F 0,69 E 1,77 KH 10,64	Gemüsebratling an pikanter Soße dazu bunter Blattsalat und Ofenkartoffeln Z2, Z8, 01, 011, 07, 09, 12 kcal 80 F 3.25 E 1.74 KH 10.51	Mediterrane Nudelpfanne dazu Gurkensalat Z2, Z3, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12 kcal 181 F 1,26 E 6,1 KH 35,15	Broccoli-Ecke an Rahmsoße dazu Eisbergsalat und Reis Z2, 01, 011, 014, 07, 12 kcal 162 F 2.49 E 3.94 KH 30.14	Gefülltes Omelette dazu bunter Salat Z2, Z8, 07, 12 kcal 65 F 3,54 E 1,14 KH 6,38
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4				Bananenquark 06, 07 kcal 95 F 1,5 E 7,22 KH 12,56

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