

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 01.07.2024 bis zum 05.07.2024

|           | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  |
|-----------|---|---|---|--|--|
| Vorspeise | <b>Kürbiscremesuppe</b><br><br>Z8, 01, 011, 12<br>kcal 53 F 1,67 E 1,13 KH 7,91   |   |   |  |  |
| Menü 1    | <b>Ofenkartoffeln</b><br><br>mit Kräuter Dip<br>dazu Gemüserohkost<br><br>Z5A, Z8, 06, 07, 10, 12<br>kcal 97 F 5,4 E 3,41 KH 8,17 | <b>Würstchengulasch</b><br><br>mit Spiralnudeln<br>dazu Gurkensalat<br><br><br>Z2, Z3, Z11, Z24, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12<br>kcal 163 F 5,26 E 6,21 KH 22,2 | <b>Fischfilet "Müllerin"</b><br><br>an pikanter Soße<br>dazu Pfannengemüse<br>und Reis<br><br><br>Z4, 01, 011, 04, 07<br>kcal 108 F 2,67 E 5,72 KH 14,79 | <b>Köttbullar</b><br><br>an Bratensoße<br>dazu Pariser Karotten<br>und Kartoffelpüree<br><br><br>Z24, 01, 011, 07<br>kcal 65 F 3,37 E 3,3 KH 4,96 | <b>Farfalle Triolor</b><br><br>Käse-Sahne-Soße<br>dazu gemischter Salat<br><br>Z2, 01, 011, 07, 12<br>kcal 196 F 3,4 E 6,43 KH 34,27 |
| Menü 2    | <b>Ofenkartoffeln</b><br><br>mit Kräuter Dip<br>dazu Gemüserohkost<br><br>Z5A, Z8, 06, 07, 10, 12<br>kcal 97 F 5,4 E 3,41 KH 8,17 | <b>Würstchengulasch veget.</b><br><br>mit Spiralnudeln<br>dazu Gurkensalat<br><br>Z2, Z3, Z24, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12<br>kcal 173 F 5,58 E 6,3 KH 23,44  | <b>Sesam-Karotten-Sticks</b><br><br>an pikanter Soße<br>dazu Eichblattsalat<br>und Reis<br><br>Z2, 01, 011, 03, 07, 08, 081, 082, 083, 09, 10, 11, 12<br>kcal 121 F 4,39 E 2,53 KH 17,68  | <b>Gemüseklößchen</b><br><br>an Rahmsoße<br>dazu grüner Salat<br>und Kartoffelpüree<br><br>Z24, 01, 011, 06, 07, 09<br>kcal 69 F 2,79 E 4,09 KH 6,29   | <b>Farfalle Triolor</b><br><br>Käse-Sahne-Soße<br>dazu gemischter Salat<br><br>Z2, 01, 011, 07, 12<br>kcal 196 F 3,4 E 6,43 KH 34,27 |
| Dessert   |   | <b>Melone</b><br><br>kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4  |   |  | <b>Schokopudding</b><br><br>Z24, 07<br>kcal 103 F 5,01 E 3,09 KH 11,37   |

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