

# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 19.08.2024 bis zum 23.08.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	<b>Kartoffelcremesuppe</b>  Z8, 01, 011, 09 kcal 99 F 4,16 E 1,6 KH 13,47				
Menü 1	<b>Quarkkeulchen</b>  dazu Apfelmus  Z2, 01, 03, 07 kcal 102 F 3,13 E 3,38 KH 14,69	<b>Geflügelfrikadelle</b>  dazu Rahmspinat und Risoleekartoffeln   Z8, 01, 011, 07, 12 kcal 76 F 3,36 E 3,32 KH 7,72	<b>Rindergulasch</b>  dazu Maccaroni Chips und Gurkensalat   Z2, Z3, 01, 011, 06, 07, 09, 12 kcal 80 F 0,95 E 0,67 KH 4,05	<b>Fischfilet "Müllerin"</b>  an pikanter Soße dazu Pfannengemüse und Reis   Z4, 01, 011, 04, 07 kcal 108 F 2,67 E 5,72 KH 14,79	<b>Tortellini mit Käse</b>  dazu Sahnesoße und bunter Blattsalat  Z2, Z24, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 95 F 2,75 E 0,52 KH 2,1
Menü 2	<b>Quarkkeulchen</b>  dazu Apfelmus  Z2, 01, 03, 07 kcal 102 F 3,13 E 3,38 KH 14,69	<b>Rührei</b>  dazu Rahmspinat und Risoleekartoffeln  Z8, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 68 F 2,37 E 1,75 KH 9,36	<b>Pilzragout</b>  dazu Maccaroni Chips und Gurkensalat  Z2, Z3, 01, 011, 06, 07, 12 kcal 85 F 1,47 E 1,58 KH 4,68	<b>Sesam-Karotten-Sticks</b>  an pikanter Soße dazu Eichblattsalat und Reis  Z2, 01, 011, 03, 07, 08, 081, 082, 083, 09, 10, 11, 12 kcal 121 F 4,39 E 2,53 KH 17,68	<b>Tortellini mit Käse</b>  dazu Sahnesoße und bunter Blattsalat  Z2, Z24, 01, 011, 03, 07, 12 kcal 95 F 2,75 E 0,52 KH 2,1
Dessert		<b>Melone</b>  kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4			<b>Schokopudding</b>  Z24, 07 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