

Speiseplan für Kitas und BGS

vom 18.01.2021 bis zum 22.01.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Gemüsecremesuppe Z8, Z24, 01, 07, 09 kcal 51 F 2,26 E 1,09 KH 6,28				
Menü 1	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 133 F 0,96 E 2,63 KH 28,67	Bolognesesoße mit Maccaroni Chips grüner Blattsalat  Z2, 01, 06, 12 kcal 68 F 4,35 E 3,26 KH 3,5	Hähnchen Nuggets an Currysoße Paprikagemüse und Ofenkartoffeln  Z4, Z8, Z11, 01, 07, 12 kcal 117 F 6.46 E 4 KH 10.34	Farfalle Triolor Käse-Sahne-Soße gemischter Salat Z2, 01, 07, 12 kcal 82 F 4,54 E 2,29 KH 7,84	Kabeljau Loins an pikanter Soße dazu Maisgemüse und Butterreis  Z4, 01, 04, 07, 10 kcal 103 F 3.33 E 4.82 KH 12.89
Menü 2	Schupfnudeln dazu Apfelmus Z2, 01, 03 kcal 133 F 0,96 E 2,63 KH 28,67	Maccaroni Chips mit Tomatensoße grüner Blattsalat Z2, 01, 06, 12 kcal 44 F 1.5 E 1.05 KH 6.29	Gemüse Nuggets an Currysoße dazu Paprikagemüse und Ofenkartoffeln Z8, 01, 03, 07, 09, 12 kcal 95 F 4.72 E 2.12 KH 10.45	Farfalle Triolor Käse-Sahne-Soße gemischter Salat Z2, 01, 07, 12 kcal 82 F 4,54 E 2,29 KH 7,84	Broccoliecke an pikanter Soße dazu Eichblattsalat und Butterreis Z4, Z8, 01, 06, 07, 10, 12 kcal 78 F 1.81 E 2.32 KH 12.06
Dessert		Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4		Schokopudding 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