

Speiseplan vom 22.07.2024 - 28.07.2024

	Vollkost	vegetarisch	Kinderessen	1. Wahl	2. Wahl
Montag	Rinderhacksteak ^{aa} BBQ Dip Bohnen-Kartoffelgemüse ^{52,g} pro 100 g/ml: 107 kcal, 8 g Eiweiß, 5 g Fett, 8 g KH, 0 g BallSt	Farfalle ^{a,aa} Spinat - Käsesauce ^{12,a,aa,52,g} pro 100 g/ml: 114 kcal, 3 g Eiweiß, 2 g Fett, 20 g KH, 0 g BallSt		Schoko Muffin ^{12,a,aa,52,c,g} pro 100 g/ml: 404 kcal, 6 g Eiweiß, 20 g Fett, 50 g KH, 0 g BallSt	Obst pro 100 g/ml: 69 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH, 2 g BallSt
	Königsberger Klopse ²⁰ Kapernsauce ^{12,a,aa,52,g,i} Salzkartoffeln pro 100 g/ml: 108 kcal, 4 g Eiweiß, 6 g Fett, 9 g KH, 0 g BallSt	Vegetarisches Schnitzel ^{a,aa,af,52,c,g} Rahmsauce ^{12,a,aa,52,g} Schnippelbohnen ^{52,g} Spätzle ^{a,aa,52,c,g} pro 100 g/ml: 114 kcal, 4 g Eiweiß, 4 g Fett, 15 g KH, 0 g BallSt		Apfelmus ² pro 100 g/ml: 72 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 16 g KH, 0 g BallSt	Rote Bete Salat ^{2,4} pro 100 g/ml: 60 kcal, 1 g Eiweiß, 4 g Fett, 5 g KH, 0 g BallSt
Mittwoch	Geflügelboulette ^{a,aa,i,j} Mischgemüse ^{12,a,aa,52,g,i} Stampfkartoffeln ^{52,g} pro 100 g/ml: 54 kcal, 2 g Eiweiß, 2 g Fett, 8 g KH, 0 g BallSt	Salzkartoffeln Kräuterquark ^{52,g} pro 100 g/ml: 99 kcal, 4 g Eiweiß, 4 g Fett, 12 g KH, 1 g BallSt		Vanille-Birnen-Buttermilch Dessert ^{12,52,g} pro 100 g/ml: 120 kcal, 4 g Eiweiß, 4 g Fett, 17 g KH, 0 g BallSt	Obst pro 100 g/ml: 69 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH, 2 g BallSt
	Bauernsülze ^{1,2,3,4,j} Remouladensauce ^{8,52,c,g,j} Zwiebel-Kartoffeln pro 100 g/ml: 109 kcal, 1 g Eiweiß, 9 g Fett, 7 g KH, 1 g BallSt	Gekochte Eier ^c Senfsauce ^{12,a,aa,52,g,i,j} Kartoffel - Blumenkohlstampf ^{52,g} pro 100 g/ml: 59 kcal, 2 g Eiweiß, 2 g Fett, 9 g KH, 1 g BallSt		Eisbergsalat Joghurt Dressing ^{52,c,g} pro 100 g/ml: 52 kcal, 1 g Eiweiß, 4 g Fett, 3 g KH, 1 g BallSt	Obst pro 100 g/ml: 69 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH, 2 g BallSt
Freitag	Gebackenes Fischfilet ^{a,aa,52,d,g,j} Cocktailsauce ^{1,12,a,aa,c,j} Kartoffelplätzchen ^{52,c,g} pro 100 g/ml: 194 kcal, 10 g Eiweiß, 12 g Fett, 11 g KH, 0 g BallSt	Nasi Goreng ^{1,12,a,aa,52,c,d,f,g,i,k} Röstzwiebeln ^{a,aa} Pfersich Chutney ^{1,a,aa,f} pro 100 g/ml: 91 kcal, 3 g Eiweiß, 1 g Fett, 17 g KH, 0 g BallSt		Gemüse Snack pro 100 g/ml: 22 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 4 g KH, 1 g BallSt	Obstsalat ² pro 100 g/ml: 59 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 13 g KH, 1 g BallSt
	Penne ^{a,aa} Hackfleischsauce Hartkäse ^g pro 100 g/ml: 131 kcal, 7 g Eiweiß, 4 g Fett, 17 g KH, 0 g BallSt	Penne ^{a,aa} Pikantes Tomaten -Gemüseragout ⁱ Hartkäse ^g pro 100 g/ml: 104 kcal, 4 g Eiweiß, 1 g Fett, 18 g KH, 0 g BallSt		Dessert ^{1,52,g} pro 100 g/ml: 110 kcal, 4 g Eiweiß, 3 g Fett, 17 g KH, 0 g BallSt	Obst pro 100 g/ml: 69 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH, 2 g BallSt
Sonntag	Rinderbraten Waldpilzragout ^{12,a,aa,52,g,i} Schnippelbohnen ^{52,g} Kartoffel-Klöße ^{52,g} pro 100 g/ml: 54 kcal, 1 g Eiweiß, 2 g Fett, 7 g KH, 0 g BallSt	Kartoffel-Klöße ^{52,g} Waldpilzragout ^{12,a,aa,52,g,i} Schnippelbohnen ^{52,g} pro 100 g/ml: 67 kcal, 1 g Eiweiß, 3 g Fett, 9 g KH, 0 g BallSt		Dessert ^{1,52,g} pro 100 g/ml: 110 kcal, 4 g Eiweiß, 3 g Fett, 17 g KH, 0 g BallSt	Obst pro 100 g/ml: 69 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH, 2 g BallSt

Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff*; (2) mit Antioxidationsmittel*; (3) mit Geschmacksverstärker*; (4) mit Süßungsmittel*; (8) mit Zuckerarten und Süßungsmittel*; (12) mit Farbstoff*; (20) mit Eiklar* [* Kennzeichnung gesetzlich vorgegeben]

Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse*; (aa) Weizen und Weizenerzeugnisse*; (af) Hafer und Hafererzeugnisse*; (52) Laktose; (c) Eier und -erzeugnisse*; (d) Fisch und -erzeugnisse*; (f) Soja und -erzeugnisse*; (g) Milch und -erzeugnisse*; (i) Sellerie und -erzeugnisse*; (j) Senf und -erzeugnisse*; (k) Sesamsamen und -erzeugnisse* [* Kennzeichnung gesetzlich vorgegeben]