

Speiseplan

gültig vom 18.10.2021 bis 24.10.2021



KW 42	Suppe	Kids Menü 1	Kids Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 18.10.2021	Zwiebelsuppe kcal 18,7 / kJ 78,4 / Fett 1,5 / EW 0,2 / KH 0,8 / BE 0,1	Mexikanische Reispfanne mit Hackfleisch Knoblauch-Sahne-Soße ^{A,Wz,G 1} kcal 346,7 / kJ 1450,7 / Fett 17,0 / EW 20,3 / KH 26,5 / BE 2,2	Kartoffel-Gemüse-Gratin ^{A,Wz,C,G 1} Rahmchampignons ^{A,Wz,G 1} kcal 249,6 / kJ 1044,1 / Fett 14,1 / EW 6,9 / KH 22,4 / BE 1,9	Obst der Saison kcal 52,4 / kJ 219,2 / Fett 0,2 / EW 0,5 / KH 11,7 / BE 1,0
Dienstag, 19.10.2021	Gemüsecremesuppe ^{A,Wz,G,L 1} kcal 117,9 / kJ 493,3 / Fett 9,8 / EW 1,9 / KH 5,3 / BE 0,4	Gemüse-Bolognese ^{A,Wz,L} Ebly (Zartweizen) ^{A,Wz} Kürbissalat ^{O, 3} kcal 419,1 / kJ 1753,5 / Fett 10,5 / EW 12,5 / KH 65,8 / BE 5,5	Lauchrisotto Käsesoße ^{A,Wz,G, 1} Kürbissalat ^{O, 3} kcal 514,4 / kJ 2152,4 / Fett 12,0 / EW 14,8 / KH 86,8 / BE 7,2	Mandarinenquark ^o kcal 141,6 / kJ 592,2 / Fett 2,7 / EW 9,1 / KH 19,8 / BE 1,7
Mittwoch, 20.10.2021	Zucchini-cremesuppe ^{A,Wz,G 1} kcal 120,9 / kJ 506,0 / Fett 10,7 / EW 1,4 / KH 4,8 / BE 0,4	Fischstäbchen ^{A,Wz,D} Kartoffelsalat ^M Gurkensalat mit Saurer Sahne ^{G,O, 3} kcal 336,1 / kJ 1406,1 / Fett 18,1 / EW 14,1 / KH 27,2 / BE 2,3	gefüllte Buchteln ^{A,Wz,C,G} Vanillesoße ^{G 1} kcal 401,6 / kJ 1680,1 / Fett 5,3 / EW 10,7 / KH 77,8 / BE 6,5	Stracciatellajoghurt ^o kcal 126,0 / kJ 527,2 / Fett 5,2 / EW 4,1 / KH 15,5 / BE 1,3
Donnerstag, 21.10.2021	Reissuppe ^{F,L} kcal 28,4 / kJ 119,0 / Fett 0,1 / EW 0,7 / KH 6,2 / BE 0,5	gekochte Rinderbrust ^L Rahmsoße ^{A,Wz,Ge,G, 1} Breite Nudeln ^{A,Wz,C} Gemüsesalat ^{O, 3} kcal 397,7 / kJ 1664,2 / Fett 14,6 / EW 25,5 / KH 38,9 / BE 3,2	Kokos-Couscous-Auflauf ^{A,Wz,C} Joghurt-Feta-Dip ^o Gemüsesalat ^{O, 3} kcal 567,9 / kJ 2376,1 / Fett 23,1 / EW 24,5 / KH 62,6 / BE 5,2	Grießpudding ^{A,Wz,G} kcal 102,0 / kJ 426,8 / Fett 2,8 / EW 3,2 / KH 15,8 / BE 1,3
Freitag, 22.10.2021	Schnittlauchcremesuppe ^{A,Wz,G 1} kcal 132,4 / kJ 553,8 / Fett 11,5 / EW 1,7 / KH 5,5 / BE 0,5	Tilapia Fischfilet ^D Basilikum-Zwiebel-Soße ^{A,Wz,G 1} Gemüsereis ^{L 1} Blattsalat mit Essig & Öl Dressing ^{O, 3} kcal 374,1 / kJ 1565,3 / Fett 19,5 / EW 20,2 / KH 28,4 / BE 2,4	Maultaschen-Gemüse-Pfanne ^{A,Wz,C,L} Basilikum-Zwiebel-Soße ^{A,Wz,G 1} kcal 462,5 / kJ 1935,0 / Fett 17,8 / EW 14,2 / KH 60,0 / BE 5,0	Banane kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7