

# Speiseplan

gültig vom 27.06.2022 bis 03.07.2022



KW 26	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 27.06.2022	Gemüsebrühe mit Graupen <sup>A,Ge,G,L</sup>  kcal 43,7 / kJ 183,0 / Fett 0,3 / EW 1,3 / KH 8,6 / BE 0,7	Griechischer Kartoffel-Hackfleisch-Auflauf <sup>A,Wz,G   1</sup> Bohnensalat <sup>M,O.,   3,9,2</sup>  kcal 305,2 / kJ 1277,0 / Fett 18,4 / EW 16,3 / KH 16,8 / BE 1,4	vegetarisches Kartoffelgulasch <sup>A,Wz,G,L..</sup> Bohnensalat <sup>M,O.,   3,9,2</sup>  kcal 152,8 / kJ 639,2 / Fett 3,4 / EW 4,7 / KH 23,2 / BE 1,9	Obst der Saison  kcal 45,8 / kJ 191,6 / Fett 0,1 / EW 0,7 / KH 10,1 / BE 0,8
Dienstag, 28.06.2022	Blumenkohlcremesuppe <sup>A,Wz,G   1</sup>  kcal 108,4 / kJ 453,6 / Fett 9,1 / EW 2,1 / KH 4,3 / BE 0,4	Gebratene Nudeln mit Ei <sup>A,Wz,C</sup> Gurkensticks  kcal 462,4 / kJ 1934,5 / Fett 23,1 / EW 19,4 / KH 43,1 / BE 3,6	Tomaten-Kartoffelgratin <sup>A,Wz,C,G   1</sup> Basilikumsoße <sup>A,Wz,G   1</sup> Gurkensticks  kcal 450,7 / kJ 1885,8 / Fett 26,8 / EW 10,4 / KH 40,5 / BE 3,4	Erdbeerquark <sup>G</sup>  kcal 91,4 / kJ 382,2 / Fett 2,0 / EW 6,8 / KH 11,0 / BE 0,9
Mittwoch, 29.06.2022	Basilikumcremesuppe <sup>A,Wz,G   1</sup>  kcal 143,1 / kJ 598,9 / Fett 12,9 / EW 1,7 / KH 5,0 / BE 0,4	Seelachsfilet paniert <sup>A,Wz,D,G,M   1,10,2</sup> frischer Kartoffelsalat <sup>M</sup> Eisbergsalat mit Essig-Öl-Dressing <sup>O.,   3</sup>  kcal 536,1 / kJ 2242,9 / Fett 29,5 / EW 22,9 / KH 42,4 / BE 3,5	Kaiserschmarrn <sup>A,Wz,C,G</sup> Apfelmus <sup>3</sup>  kcal 565,0 / kJ 2364,0 / Fett 11,7 / EW 13,9 / KH 102,0 / BE 8,5	Kirschjoghurt <sup>G</sup>  kcal 95,0 / kJ 397,5 / Fett 2,9 / EW 3,6 / KH 13,8 / BE 1,2
Donnerstag, 30.06.2022	Nudelsuppe <sup>A,Wz,C</sup>  kcal 46,2 / kJ 193,4 / Fett 0,3 / EW 1,7 / KH 8,9 / BE 0,7	Putengeschnetzeltes in Ananas-Curry-Soße <sup>A,Wz,G</sup> Reis Maissalat <sup>M,O.,   3,9,2</sup>  kcal 335,3 / kJ 1402,7 / Fett 8,7 / EW 22,5 / KH 40,2 / BE 3,3	Gemüse-Vollkorn-Bratling <sup>A,Wz,C,L</sup> Kartoffel-Tomatenpüree <sup>G</sup> Maissalat <sup>M,O.,   3,9,2</sup>  kcal 288,2 / kJ 1205,9 / Fett 8,1 / EW 10,8 / KH 41,8 / BE 3,5	Vanillepudding <sup>G</sup>  kcal 104,0 / kJ 435,1 / Fett 3,6 / EW 2,9 / KH 15,0 / BE 1,3
Freitag, 01.07.2022	Curry-Reissuppe <sup>A,Wz,G   1</sup>  kcal 56,6 / kJ 236,9 / Fett 3,0 / EW 0,9 / KH 6,3 / BE 0,5	Schollenfilet gebraten <sup>A,Wz,D   1,2</sup> Tomaten-Oliven-Soße <sup>A,Wz,G.,   3,1</sup> Farfalle-Nudeln <sup>A,Wz</sup> Blattsalat mit Balsamico-Dressing <sup>O.,   5</sup>  kcal 956,5 / kJ 4002,2 / Fett 67,9 / EW 34,7 / KH 48,6 / BE 4,0	Grillgemüse Dampfkartoffeln Kräuter Dip <sup>G</sup>  kcal 354,2 / kJ 1482,0 / Fett 24,1 / EW 7,5 / KH 24,3 / BE 2,0	Banane  kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7