

# Speiseplan

gültig vom 11.07.2022 bis 17.07.2022



KW 28	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 11.07.2022	Geröstete Grünkernsuppe <sup>A,Di,L   1</sup>  kcal 75,6 / kJ 316,2 / Fett 3,6 / EW 1,7 / KH 8,6 / BE 0,7	gefüllte Paprika <sup>A,Wz,C,F,M</sup> Tomatensoße <sup>A,Wz,G,   1</sup> Kräuterreis  kcal 825,2 / kJ 3452,8 / Fett 49,0 / EW 29,7 / KH 64,6 / BE 5,4	gefüllte Paprika vegetarisch <sup>A,Wz,L,M</sup> Tomatensoße <sup>A,Wz,G,   1</sup> Kräuterreis  kcal 720,4 / kJ 3014,3 / Fett 46,6 / EW 16,3 / KH 55,4 / BE 4,6	Obst der Saison  kcal 45,8 / kJ 191,6 / Fett 0,1 / EW 0,7 / KH 10,1 / BE 0,8
Dienstag, 12.07.2022	Spinatcremesuppe <sup>A,Wz,G   1</sup>  kcal 154,1 / kJ 644,8 / Fett 13,5 / EW 2,7 / KH 5,2 / BE 0,4	Rahmchampignons <sup>A,Wz,G   1</sup> Semmelknödel <sup>A,Wz,C,F,G</sup>  kcal 415,3 / kJ 1737,8 / Fett 15,5 / EW 14,9 / KH 53,7 / BE 4,5	Cremiges Zartweizenrisotto mit Blumenkohl und Broccoli <sup>A,Wz,G,L</sup>  kcal 268,7 / kJ 1124,3 / Fett 6,4 / EW 10,3 / KH 41,2 / BE 3,4	Heidelbeerquark <sup>G</sup>  kcal 82,2 / kJ 344,0 / Fett 1,8 / EW 6,0 / KH 10,1 / BE 0,8
Mittwoch, 13.07.2022	Gemüsecremesuppe <sup>A,Wz,G,L   1</sup>  kcal 118,3 / kJ 495,0 / Fett 9,8 / EW 2,0 / KH 5,3 / BE 0,4	Schollenfilet paniert <sup>A,Wz,D</sup> Salzkartoffeln Blattsalat mit Honig-Senf dressing <sup>M,O,   3</sup>  kcal 397,2 / kJ 1661,8 / Fett 10,4 / EW 23,8 / KH 52,4 / BE 4,4	Reisbrei <sup>G</sup> Kirschkompott  kcal 412,5 / kJ 1725,7 / Fett 10,0 / EW 12,0 / KH 66,5 / BE 5,5	Mangojoghurt <sup>G</sup>  kcal 100,0 / kJ 418,4 / Fett 2,8 / EW 2,7 / KH 16,0 / BE 1,3
Donnerstag, 14.07.2022	Eierflockensuppe <sup>C</sup>  kcal 25,9 / kJ 108,2 / Fett 1,8 / EW 2,2 / KH 0,3 / BE 0,0	Nürnberger Bratwürstchen <sup>3</sup> Kartoffelsalat <sup>M</sup> Gurkensalat mit Saurer Sahne <sup>O,   3</sup>  kcal 608,5 / kJ 2545,8 / Fett 46,5 / EW 21,3 / KH 24,3 / BE 2,0	vegetarische Bratwurst <sup>A,Wz,C,G,L</sup> Kartoffelsalat <sup>M</sup> Gurkensalat mit Saurer Sahne <sup>O,   3</sup>  kcal 448,0 / kJ 1874,2 / Fett 27,2 / EW 17,3 / KH 30,2 / BE 2,5	Erdbeerpudding Eimer <sup>G   1</sup>  kcal 120,0 / kJ 502,1 / Fett 5,0 / EW 1,6 / KH 17,5 / BE 1,5
Freitag, 15.07.2022	Dillcremesuppe <sup>A,Wz,G   1</sup>  kcal 149,5 / kJ 625,7 / Fett 13,4 / EW 2,0 / KH 5,2 / BE 0,4	Fischfilet mit Tomatenaufgabe <sup>A,Wz,D</sup> Petersilienkartoffeln <sup>G</sup> Sahnesoße <sup>A,Wz,G   1</sup> Eisbergsalat mit Honig-Senf-Dressing <sup>M,O,   3</sup>  kcal 922,7 / kJ 3860,6 / Fett 68,2 / EW 26,7 / KH 47,6 / BE 4,0	Bunter Gemüse-Kartoffel-Auflauf <sup>C,G   1</sup> Kerbel-Schmand <sup>G</sup>  kcal 287,0 / kJ 1200,8 / Fett 20,8 / EW 10,8 / KH 13,9 / BE 1,2	Banane frisch  kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7