

Speiseplan

gültig vom 14.02.2022 bis 20.02.2022



KW 7	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 14.02.2022	Geröstete Grünkernsuppe ^{A,Di,L} 1 kcal 75,6 / kJ 316,2 / Fett 3,6 / EW 1,7 / KH 8,6 / BE 0,7	Hackfleischsoße vom Rind ^{A,Wz,Ge..} Gabelspaghetti ^{A,Wz,C} Gurkensalat mit Saurer Sahne ^{G,O..} 3 kcal 663,0 / kJ 2773,9 / Fett 25,4 / EW 29,7 / KH 76,6 / BE 6,4	Kartoffeltaschen ^G Blattspinat ^G kcal 767,8 / kJ 3212,3 / Fett 45,9 / EW 14,4 / KH 69,6 / BE 5,8	Obst der Saison ² kcal 46,2 / kJ 193,3 / Fett 0,2 / EW 0,6 / KH 10,1 / BE 0,8
Dienstag, 15.02.2022	Spinatcremesuppe ^{A,Wz,G} 1 kcal 154,4 / kJ 646,0 / Fett 13,5 / EW 2,7 / KH 5,3 / BE 0,4	Linsengemüse mit Kartoffeln ^{L,O..} 3 Gemüsefrikadelle ^{A,Wz,C} kcal 531,8 / kJ 2225,1 / Fett 14,2 / EW 24,9 / KH 69,5 / BE 5,8	Cremiges Zartweizenrisotto mit Waldpilzen ^{A,Wz,G,L} Endiviensalat mit Essig-Öl Dressing ^{O..} 3 kcal 389,4 / kJ 1629,1 / Fett 12,0 / EW 13,4 / KH 54,0 / BE 4,5	Heidelbeerquark ^G kcal 82,2 / kJ 344,0 / Fett 1,8 / EW 6,0 / KH 10,1 / BE 0,8
Mittwoch, 16.02.2022	Gemüsecremesuppe ^{A,Wz,G,L} 1 kcal 118,5 / kJ 495,8 / Fett 9,8 / EW 2,0 / KH 5,4 / BE 0,4	Schollenfilet paniert ^{A,Wz,D} Kartoffelsalat ^M Tomatensalat ^{O..} 5 kcal 497,3 / kJ 2080,7 / Fett 20,3 / EW 24,3 / KH 55,2 / BE 4,6	Reisbrei ^G Kirschkompott kcal 524,3 / kJ 2193,6 / Fett 13,2 / EW 15,7 / KH 83,1 / BE 6,9	Mangojoghurt ^G kcal 100,0 / kJ 418,4 / Fett 2,8 / EW 2,7 / KH 16,0 / BE 1,3
Donnerstag, 17.02.2022	Eierflockensuppe ^C kcal 25,9 / kJ 108,2 / Fett 1,8 / EW 2,2 / KH 0,3 / BE 0,0	Putenrahmgulasch ^{A,Wz,G..} Reis Karotten natur ^G kcal 384,0 / kJ 1606,7 / Fett 14,7 / EW 24,0 / KH 38,2 / BE 3,2	Penne Nudeln ^{A,Wz} Paprikasoße ^{A,Wz,G..} 1 Zucchinirohkostsalat ^{G,O..} 3 kcal 702,9 / kJ 2941,0 / Fett 40,9 / EW 13,8 / KH 67,8 / BE 5,6	Erdbeerpudding ^G 1 kcal 120,0 / kJ 502,1 / Fett 5,0 / EW 1,6 / KH 17,5 / BE 1,5
Freitag, 18.02.2022	Dillcremesuppe ^{A,Wz,G} 1 kcal 149,8 / kJ 626,9 / Fett 13,4 / EW 2,0 / KH 5,3 / BE 0,4	Fischfilet mit Broccoli-Käse-Auflage ^{A,Wz,D} Dampfkartoffeln Gemüsesahnesoße ^{G,L} Eisbergsalat mit Honig-Senf-Dressing ^{M,O..} 3 kcal 498,4 / kJ 2085,5 / Fett 26,2 / EW 25,4 / KH 37,3 / BE 1,1	Kartoffel-Gemüse-Pfanne Kerbel-Schmand ^G kcal 291,7 / kJ 1220,5 / Fett 18,1 / EW 6,0 / KH 24,7 / BE 2,1	Banane frisch kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7