

Speiseplan

gültig vom 18.10.2021 bis 24.10.2021



KW 42	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie 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 474,2 / kJ 1983,9 / Fett 22,2 / EW 29,6 / KH 36,6 / BE 3,1	Kartoffel-Gemüse-Gratin A,Wz,C,G 1 Rahmchampignons A,Wz,G 1 kcal 349,5 / kJ 1462,4 / Fett 19,1 / EW 10,0 / KH 32,4 / BE 2,7	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 600,9 / kJ 2514,1 / Fett 14,2 / EW 18,1 / KH 96,2 / BE 8,0	Lauchrisotto Käsesoße A,Wz,G... 1 Kürbissalat O... 3 kcal 738,5 / kJ 3089,9 / Fett 15,6 / EW 20,8 / KH 128,7 / BE 10,7	Mandarinenquark G 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 540,1 / kJ 2259,8 / Fett 29,3 / EW 23,1 / KH 43,1 / BE 3,6	gefüllte Buchteln A,Wz,C,G Vanillesoße G 1 kcal 557,6 / kJ 2332,8 / Fett 6,3 / EW 14,6 / KH 110,8 / BE 9,2	Stracciatellajoghurt G 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 gekocht A,Wz,C Gemüsesalat O... 3 kcal 603,2 / kJ 2523,9 / Fett 19,4 / EW 46,5 / KH 57,4 / BE 4,8	Kokos-Couscous-Auflauf A,Wz,C Joghurt-Feta-Dip G Gemüsesalat O... 3 kcal 822,0 / kJ 3439,1 / Fett 31,6 / EW 35,0 / KH 94,4 / BE 7,9	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 476,7 / kJ 1994,6 / Fett 21,8 / EW 35,9 / KH 32,9 / BE 2,7	Maultaschen-Gemüse-Pfanne A,Wz,C,L Basilikum-Zwiebel-Soße A,Wz,G 1 kcal 617,3 / kJ 2582,9 / Fett 20,8 / EW 20,1 / KH 85,5 / BE 7,1	Banane kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7