

# Speiseplan

gültig vom 28.08.2023 bis 03.09.2023



| KW 35                  | Suppe   | Kids Menü 1  | Kids Menü 2  | Dessert Kinder  |
|------------------------|---|--|--|---|
| Montag, 28.08.2023     | Gemüsebrühe m. Backerbsen <sup>A,Wz,C,G</sup><br><br>kcal 44,5 / kJ 186,3 / Fett 2,8 / EW 0,7 / KH 4,0 / BE 0,3         | Hackfleischsoße vom Rind <sup>A,Wz,Ge..</sup><br>Gabelspaghetti <sup>A,Wz,C</sup><br>Tomatensalat <sup>O.. / 5</sup><br><br>kcal 506,0 / kJ 2117,0 / Fett 20,0 / EW 20,4 / KH 59,4 / BE 4,9  | Grillgemüse<br>Kräuter Dip <sup>G</sup><br>Couscous <sup>A,Wz</sup><br><br>kcal 369,2 / kJ 1544,9 / Fett 22,3 / EW 9,4 / KH 31,8 / BE 2,7  | Obst der Saison<br><br>kcal 45,8 / kJ 191,6 / Fett 0,1 / EW 0,7 / KH 10,1 / BE 0,8                    |
| Dienstag, 29.08.2023   | Kürbiscremesuppe <sup>A,Wz,G / 1</sup><br><br>kcal 135,8 / kJ 568,2 / Fett 11,8 / EW 1,8 / KH 6,7 / BE 0,6              | Rahmspinat <sup>A,Wz,G</sup><br>Rührei <sup>C,G / 1</sup><br>Salzkartoffeln<br><br>kcal 192,5 / kJ 805,4 / Fett 8,6 / EW 10,4 / KH 16,0 / BE 1,3   | Hirse-Gemüse-Auflauf <sup>C,G / 1</sup><br>Kresse-Sahne-Soße <sup>A,Wz,G / 1</sup><br><br>kcal 758,0 / kJ 3171,3 / Fett 66,5 / EW 13,6 / KH 24,8 / BE 2,1  | Mandarinenquark <sup>G</sup><br><br>kcal 97,1 / kJ 406,2 / Fett 1,8 / EW 6,1 / KH 13,7 / BE 1,1       |
| Mittwoch, 30.08.2023   | Pastinakencremesuppe <sup>A,Wz,G / 1</sup><br><br>kcal 128,4 / kJ 537,1 / Fett 9,4 / EW 1,1 / KH 9,0 / BE 0,7           | Schleifchennudeln <sup>A,Wz</sup><br>Basilikum-Zwiebel-Soße <sup>A,Wz,G / 1</sup><br>Gurkensticks<br><br>kcal 503,6 / kJ 2107,2 / Fett 17,8 / EW 13,2 / KH 71,0 / BE 5,9   | Hausgemachte Pfannkuchen <sup>A,Wz,C,G</sup><br>Pflirsichkompott<br><br>kcal 332,4 / kJ 1390,6 / Fett 12,2 / EW 9,4 / KH 44,4 / BE 3,7   | Kirschjoghurt <sup>G</sup><br><br>kcal 93,0 / kJ 389,1 / Fett 2,9 / EW 3,7 / KH 13,0 / BE 1,1         |
| Donnerstag, 31.08.2023 | Fleischbrühe m. Suppenmaultaschen <sup>A,Wz,C,L</sup><br><br>kcal 38,7 / kJ 162,0 / Fett 0,2 / EW 1,7 / KH 7,5 / BE 0,6 | Hähnchenkeule<br>Kartoffelsalat <sup>M</sup><br>gedämpfter Kohlrabisalat <sup>O.. / 3</sup><br><br>kcal 159,2 / kJ 666,1 / Fett 8,2 / EW 3,0 / KH 16,5 / BE 1,4  | Gemüse-Reis-Pfanne <sup>L</sup><br>Basilikumsoße <sup>A,Wz,G / 1</sup><br><br>kcal 423,1 / kJ 1770,2 / Fett 13,7 / EW 8,6 / KH 64,9 / BE 5,4   | Karamellpudding <sup>G / 10</sup><br><br>kcal 132,0 / kJ 552,3 / Fett 5,2 / EW 3,1 / KH 18,1 / BE 1,5 |
| Freitag, 01.09.2023    | Bärlauchcremesuppe <sup>A,Wz,G / 1</sup><br><br>kcal 151,6 / kJ 634,4 / Fett 13,4 / EW 2,0 / KH 5,6 / BE 0,5            | Tilapia Fischfilet gebraten <sup>A,Wz,D,G</sup><br>Dillsoße <sup>A,Wz,G / 1</sup><br>Butterreis <sup>G</sup><br>Blattsalat mit Essig & Öl Dressing <sup>O.. / 3</sup><br><br>kcal 494,5 / kJ 2068,9 / Fett 32,8 / EW 19,6 / KH 30,3 / BE 2,5 | vegetarische Bratwurst <sup>F,L</sup><br>Petersilienkartoffeln <sup>G</sup><br>Blattsalat mit Essig & Öl Dressing <sup>O.. / 3</sup><br><br>kcal 179,7 / kJ 751,8 / Fett 8,9 / EW 4,8 / KH 18,2 / BE 1,5 | Banane<br><br>kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7                             |