

Speiseplan

gültig vom 14.08.2023 bis 20.08.2023



KW 33	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 14.08.2023	Geröstete Grünkernsuppe ^{A,Di,L 1}	Leberkäse gebacken ^{L,M 3,2} Spiegelei Bratkartoffeln Karottensalat ^{O.. 3}	Kartoffeltaschen ^G Paprikagemüse gebunden ^G	Obst der Saison
kcal 75,5 / kJ 316,0 / Fett 3,6 / EW 1,7 / KH 8,6 / BE 0,7	kcal 603,1 / kJ 2523,5 / Fett 41,7 / EW 16,1 / KH 38,0 / BE 3,2	kcal 467,8 / kJ 1957,3 / Fett 26,7 / EW 7,1 / KH 47,3 / BE 3,9	kcal 45,8 / kJ 191,6 / Fett 0,1 / EW 0,7 / KH 10,1 / BE 0,8	
Dienstag, 15.08.2023	Spinatcremesuppe ^{A,Wz,G 1}	Bunter Eiersalat mit Möhren und Erbsen ^{A,Wz,C,M} Pellkartoffeln Gemügesticks selbst	Zartweizen-Gemüsepfanne ^{A,Wz} Frischkäse-Kräuter-Sahne-Soße ^{A,Wz,G 1}	Ananasquark ^G
kcal 154,0 / kJ 644,3 / Fett 13,5 / EW 2,7 / KH 5,2 / BE 0,4	kcal 316,4 / kJ 1323,9 / Fett 17,1 / EW 13,0 / KH 24,8 / BE 2,1	kcal 213,1 / kJ 891,5 / Fett 9,0 / EW 8,8 / KH 25,0 / BE 2,1	kcal 101,7 / kJ 425,5 / Fett 2,2 / EW 7,1 / KH 13,3 / BE 1,1	
Mittwoch, 16.08.2023	Gemüsecremesuppe ^{A,Wz,G,L 1}	Seelachsfilet paniert ^{A,Wz,C,D,G} Kartoffelsalat ^M Tomatensalat ^{O.. 5}	Reisbrei ^G Kirschkompott	Mangojoghurt ^G
kcal 123,1 / kJ 515,0 / Fett 9,8 / EW 2,0 / KH 6,1 / BE 0,5	kcal 562,1 / kJ 2351,9 / Fett 29,2 / EW 38,5 / KH 34,3 / BE 2,9	kcal 451,9 / kJ 1890,9 / Fett 9,9 / EW 12,6 / KH 75,9 / BE 6,3	kcal 100,0 / kJ 418,4 / Fett 2,8 / EW 2,7 / KH 16,0 / BE 1,3	
Donnerstag, 17.08.2023	Eierflockensuppe ^{C,L}	Putengeschnetzeltes "Asia" ^{A,Wz,L,M} Basmatireis gekocht Wokgemüse ^{F,G}	Broccoli-Nuss-Ecke ^{A,Wz,Ha,H,Ma,Has} Kartoffel-Tomatensalat ^{G,O 3,5} Zucchini natur ^G	Erdbeerpudding ^G
kcal 27,4 / kJ 114,8 / Fett 1,8 / EW 2,2 / KH 0,5 / BE 0,0	kcal 301,2 / kJ 1260,1 / Fett 8,2 / EW 19,7 / KH 46,2 / BE 3,9	kcal 328,4 / kJ 1374,1 / Fett 14,4 / EW 9,6 / KH 40,1 / BE 3,3	kcal 120,0 / kJ 502,1 / Fett 5,0 / EW 1,6 / KH 17,5 / BE 1,5	
Freitag, 18.08.2023	Dillcremesuppe ^{A,Wz,G 1}	grüne Bandnudeln ^{A,Wz} Lachssoße ^{A,Wz,D,G 1} Gurkensticks	Bunter Gemüse-Kartoffel-Auflauf ^{C,G 1} Kerbel-Schmand ^G	Banane frisch
kcal 151,4 / kJ 633,4 / Fett 13,4 / EW 1,9 / KH 5,8 / BE 0,5	kcal 956,9 / kJ 4003,6 / Fett 61,6 / EW 18,0 / KH 80,8 / BE 6,7	kcal 346,5 / kJ 1449,9 / Fett 27,2 / EW 11,5 / KH 13,9 / BE 1,2	kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7	