

Speiseplan

gültig vom 11.09.2023 bis 17.09.2023



KW 37	Suppe	Teenie Menü 1	Teenie Menü 2	Dessert Kinder
Montag, 11.09.2023	Zwiebelsuppe kcal 18,7 / kJ 78,4 / Fett 1,5 / EW 0,2 / KH 0,8 / BE 0,1	Kassler ^{3,8,2} Bratensoße ^{A,Wz,Ge., 1} Kartoffelpüree ^{G,0 3,5} Sauerkraut ^{A,Wz., 3} kcal 378,3 / kJ 1583,0 / Fett 20,9 / EW 20,0 / KH 25,4 / BE 2,1	Kartoffel-Gemüse-Gratin ^{A,Wz,C,G 1} Tomatensoße ^{A,Wz,G., 1} kcal 478,2 / kJ 2000,8 / Fett 37,7 / EW 7,4 / KH 25,7 / BE 2,1	Obst der Saison kcal 52,4 / kJ 219,2 / Fett 0,2 / EW 0,5 / KH 11,7 / BE 1,0
Dienstag, 12.09.2023	Gemüsecremesuppe ^{A,Wz,G,L 1} kcal 123,1 / kJ 515,0 / Fett 9,8 / EW 2,0 / KH 6,1 / BE 0,5	Kräuterquark ^G Pellkartoffeln Gurkensticks kcal 187,7 / kJ 785,3 / Fett 0,9 / EW 15,6 / KH 26,9 / BE 2,2	Gnocchi-Champignon-Tomaten-Pfanne ^C Gurkensticks kcal 351,9 / kJ 1472,4 / Fett 12,4 / EW 6,5 / KH 51,8 / BE 4,3	Ananasquark ^G kcal 101,7 / kJ 425,5 / Fett 2,2 / EW 7,1 / KH 13,3 / BE 1,1
Mittwoch, 13.09.2023	Zucchinicremesuppe ^{A,Wz,G 1} kcal 121,2 / kJ 506,9 / Fett 10,7 / EW 1,5 / KH 4,8 / BE 0,4	Fischstäbchen ^{A,Wz,D} Kartoffelsalat ^M Gurkensalat mit Saurer Sahne ^{O., 3} kcal 470,0 / kJ 1966,7 / Fett 24,0 / EW 19,4 / KH 41,2 / BE 3,4	Grießauflauf mit Kirschen ^{A,Wz,C,G 1} Vanillesoße ^{G 1} kcal 236,4 / kJ 989,0 / Fett 8,0 / EW 7,6 / KH 33,4 / BE 2,8	Stracciatellajoghurt ^G kcal 126,0 / kJ 527,2 / Fett 5,2 / EW 4,1 / KH 15,5 / BE 1,3
Donnerstag, 14.09.2023	Reissuppe ^{FL} kcal 29,2 / kJ 122,0 / Fett 0,1 / EW 0,6 / KH 6,4 / BE 0,5	Paprikagulasch (Rind) ^{A,Wz,G.} Curryreis Bohnen natur ^G kcal 281,1 / kJ 1176,0 / Fett 5,5 / EW 15,4 / KH 39,9 / BE 3,3	Zucchini-Paprika-Auflauf ^{C,G 1} Blattsalat mit Joghurtdressing ^{G,O., 3} kcal 223,6 / kJ 935,7 / Fett 16,3 / EW 10,8 / KH 7,9 / BE 0,7	Grießpudding ^{A,Wz,G} kcal 102,0 / kJ 426,8 / Fett 2,8 / EW 3,2 / KH 15,8 / BE 1,3
Freitag, 15.09.2023	Schnittlauchcremesuppe ^{A,Wz,G 1} kcal 139,8 / kJ 584,8 / Fett 11,7 / EW 2,7 / KH 5,9 / BE 0,5	Tilapia Fischfilet gebraten ^{A,Wz,D,G} Basilikum-Zwiebel-Soße ^{A,Wz,G 1} Gemüse-Couscous ^{A,Wz,L} Gemügesticks kcal 844,8 / kJ 3534,5 / Fett 51,7 / EW 41,4 / KH 52,6 / BE 4,4	Maultaschen-Gemüse-Pfanne ^{A,Wz,C,L} Sahnesoße ^{A,Wz,G 1} kcal 826,3 / kJ 3457,3 / Fett 52,8 / EW 16,3 / KH 70,1 / BE 5,8	Banane kcal 90,0 / kJ 376,6 / Fett 0,2 / EW 1,2 / KH 20,1 / BE 1,7