

KW44	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Beilagen zu den Menüs
Montag, 28. Oktober 2024	<b>Hähnchenbruststreifen in Paprika-Tomatensauce mit Champignons, Paprikastreifen dazu Nudeln</b> ♣ 2 i c j z f a a 1 N: 90.40 kcal F: 1.30 g GF: 0.33 g C: 12.36 g Z: 1.55 g P: 6.94 g S: 1.16 g B: 1.03 BE	<b>Vegetarischer Kartoffel-Möhrenstampf</b> ∇ ∞ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 66.94 kcal F: 2.05 g GF: 0.77 g C: 10.47 g Z: 2.37 g P: 1.30 g S: 0.40 g B: 0.87 BE	<b>Nudeln mit Champignonragout (Champignons, Zwiebelwürfel, Lauch in einer hellen Sauce)</b> ∇ i c j f a 8 g a g 1 a 1 N: 73.85 kcal F: 1.31 g GF: 0.45 g C: 12.01 g Z: 1.10 g P: 3.32 g S: 1.85 g B: 0.99 BE	<b>Obst</b> ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00 g B: 1.30 BE
Dienstag, 29. Oktober 2024	<b>Backfisch mit Salzkartoffeln mit Gemüsejuliennesauce</b> f j i c j a 8 g d a g 1 a 1 N: 91.45 kcal F: 1.58 g GF: 1.01 g C: 13.58 g Z: 1.67 g P: 5.31 g S: 1.04 g B: 1.13 BE	<b>Kartoffel-Kürbis Auflauf in einer hellen Sauce mit Käse überbacken</b> ∇ f j i c g a g 1 a 1 N: 220.45 kcal F: 19.70 g GF: 6.96 g C: 7.57 g Z: 1.67 g P: 3.42 g S: 6.76 g B: 0.63 BE	<b>Nudeln mit Sauce Carbonara</b> & f w 15 c g a g 1 a 1 N: 122.64 kcal F: 5.32 g GF: 2.79 g C: 14.37 g Z: 1.70 g P: 4.23 g S: 0.75 g B: 1.20 BE	<b>Salat in Essig-Öl Dressing</b>
Mittwoch, 30. Oktober 2024	<b>Salzkartoffeln mit Blumenkohl, Romanesco Gemüse dazu eine helle Sauce</b> ∇ f j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 44.53 kcal F: 1.05 g GF: 0.62 g C: 6.13 g Z: 2.21 g P: 2.37 g S: 0.70 g B: 0.51 BE	<b>Kartoffel-Steckrübeneintopf mit einer Schweinefrikadelle</b> & ψ w i c j a 8 a a 1 N: 107.55 kcal F: 6.18 g GF: 2.41 g C: 8.77 g Z: 2.08 g P: 4.05 g S: 0.61 g B: 0.73 BE	<b>Cous Cous Reispfanne mit Tomatengemüsesauce</b> ∇ ∞ 2 i c j y z f a 8 g a g 1 a 1 N: 124.80 kcal F: 2.48 g GF: 0.49 g C: 22.77 g Z: 3.24 g P: 2.34 g S: 0.54 g B: 1.90 BE	<b>Frucht Joghurt im Becher</b> ∇ j z g g 1 N: 92.22 kcal F: 2.83 g GF: 1.63 g C: 12.20 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00 g B: 1.30 BE
Donnerstag, 31. Oktober 2024		<b>Reformationstag</b>		
Freitag, 1. November 2024		<b>Brückentag</b>		



Registrierungsnummer: A1210011



Bankverbindung:  
 Sparkasse LeerWittmund  
 IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57  
 Swift-BIC: BRLADE21LER

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Broteinheit
<b>Allergene Inhaltsstoffe</b>	<b>a 9</b>							
<b>a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten)</b>								
<b>sonstige Weizenarten c Eier d Fisch f Soja g Milch und Milcherzeugnisse</b>								
<b>g1 Milcheiweiß h3 Walnuss</b>								
<b>i Sellerie j Senf t Schalenfrucht y Hülsenfrucht z Zitrusfrucht</b>								
<b>Zusatzstoffe</b>								
<b>2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel</b>								
<b>8 mit Phosphat 15 Nitrat/Nitrit</b>								
<b>Eigenschaften</b>								
♣ Geflügel								♦ Halal
ω Schweinefleisch								& Muskelfleisch
ψ Rindfleisch								f Laktose
ω ψ Schweine und Rindfleisch gemischt								æ Knoblauch
d Fisch								
∇ Vegetarisch								
∞ Vegan								