

KW 39	Menü 1/ Vollkost	Menü 2 / Schulessen	Menü 3 / Empfehlungslinie Kita/Krippenessen	Beilagen zu den Menüs
Montag, 25. September 2023	<b>Kartoffel-Gemüse-Suppe mit einem Partybrötchen</b> ▽ j a 3 i a 6 c j a 8 g a g 1 a 1 N: 41.04 kcal F: 0.65 g GF: 0.29 g C:7.40 g Z: 1.65 g P: 1.22 g S: 0.30 g B: 0.61 BE	<b>Vegetarischer Bohnenstampf</b> ▽ ∞ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 67.63 kcal F: 1.47 g GF: 0.55 g C:11.04 g Z: 1.55 g P: 2.20 g S: 0.48 g B: 0.92 BE	<b>Köttbular mit Rahmsauce und Kartoffelstampf</b> ψ j w i c j a 9 a 8 g a g 1 a 1 N: 123.34 kcal F: 5.42 g GF: 2.39 g C:14.85 g Z: 2.40 g P: 3.51 g S: 2.21 g B: 1.24 BE	<b>Obst</b> ▽ ∞ N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.20 g C:14.35 g Z: 10.31 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE
Dienstag, 26. September 2023	<b>Hähnchennuggets mit Reis und süß-saurer Sauce</b> ◆ 2 i c j z f g a a 1 N: 136.18 kcal F: 5.16 g GF: 0.66 g C: 16.02 g Z: 0.99 g P: 6.18 g S: 1.83 g B: 1.34 BE	<b>Kartoffel Lauch Auflauf</b> ▽ f j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 181.17 kcal F: 15.66 g GF: 5.54 g C: 7.04 g Z: 1.29 g P: 3.09 g S: 0.96 g B: 0.59 BE	<b>Rindfleischsuppe mit Nudeln, Gemüse und Eierstich</b> ψ j i c z g a g 1 a 1 N: 75.22 kcal F: 2.73 g GF: 0.98 g C:6.94 g Z: 1.45 g P: 5.62 g S: 1.03 g B: 0.58 BE	<b>Gurke/Möhre/Paprika</b> ▽ ∞ N: 22.15 kcal F: 0.20 g GF: 0.04 g C:3.80 g Z: 3.58 g P: 1.12 g S: 0.03 g B: 0.31 BE
Mittwoch, 27. September 2023	<b>Möhrenstampf mit einer Frikadelle</b> & ψ w i c j a 8 a a 1 N: 89.22 kcal F: 4.78 g GF: 1.87 g C:8.21 g Z: 1.78 g P: 3.20 g S: 0.61 g B: 0.68 BE	<b>Nudeln mit Gemüse-Käse Sahne Sauce</b> ▽ f j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 86.90 kcal F: 3.59 g GF: 2.15 g C:10.09 g Z: 2.77 g P: 3.42 g S: 1.69 g B: 0.84 BE	<b>Bratfisch mit Salzkartoffeln und Veloute Sauce</b> f j i c j a 8 d a g 1 a 1 N: 97.71 kcal F: 1.71 g GF: 1.10 g C:14.45 g Z: 1.44 g P: 5.70 g S: 1.13 g B: 1.20 BE	<b>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: 11.50 g P: 3.35 g S: 0.10 g B: 1.01 BE
Donnerstag, 28. September 2023	<b>Gemüseschnitzel mit Dillsauce und Salzkartoffeln</b> ▽ f j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 107.06 kcal F: 4.75 g GF: 1.24 g C: 12.86 g Z: 2.48 g P: 2.98 g S: 1.06 g B: 1.07 BE	<b>Geflügelgeschnetzeltes in Sahnesauce und Reis</b> ◆ f j i z a 9 a 8 g a g 1 a 1 N: 110.83 kcal F: 3.45 g GF: 1.23 g C: 11.72 g Z: 0.90 g P: 8.00 g S: 1.58 g B: 0.98 BE	<b>Kohlrabi-Käsetopf mit Kartoffelwürfel und Creme Fraiche</b> ▽ f j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 69.57 kcal F: 4.31 g GF: 2.73 g C:5.25 g Z: 2.79 g P: 2.38 g S: 1.36 g B: 0.44 BE	<b>Gurkensalat in Essig Öl Dressing</b> ▽ j z N: 81.34 kcal F: 6.76 g GF: 0.97 g C:4.10 g Z: 3.06 g P: 0.92 g S: 1.19 g B: 0.34 BE
Freitag, 29. September 2023	<b>Brathering mit Bratkartoffeln (Zwiebel &amp; Speck)</b> & w 1 5 y f d a a 1 N: 137.64 kcal F: 7.77 g GF: 1.15 g C: 11.01 g Z: 1.29 g P: 5.34 g S: 0.91 g B: 0.92 BE	<b>Fleischkäse mit Sauerkraut und Kartoffelstampf</b> & ψ j w 2 3 8 1 5 i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 156.37 kcal F: 12.30 g GF: 5.84 g C: 7.24 g Z: 1.32 g P: 4.11 g S: 0.89 g B: 0.60 BE	<b>Germknödel mit Fruchtkompott</b> f j c z d a g 1 a 1 N: 169.54 kcal F: 1.32 g GF: 0.55 g C: 34.10 g Z: 14.36 g P: 3.60 g S: 0.38 g B: 2.84 BE	<b>Pudding im Becher</b> ▽ j g g 1 N: 131.79 kcal F: 6.02 g GF: 3.80 g C: 15.98 g Z: 12.98 g P: 2.82 g S: 0.22 g B: 1.33 BE

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Proteinheit
<b>Allergene Inhaltsstoffe</b>								
<b>a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten)</b>								a9
<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								∫ Laktose
w ψ Schweine und Rindfleisch gemischt								æ Knoblauch
d Fisch								
▽ Vegetarisch								
∞ Vegan								