

Speisekarte KW 4

Für die Woche vom
22.01. - 25.01.2018

Gericht

Montag



**Rinderfrikadelle mit
Rotkohlgemüse, Bratensauce
und Würzkartoffeln**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Dienstag

**Fit Pizza Margherita
mit Tomaten und Käse**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Mittwoch

DE-ÖKO-003



**Bio-Spaghetti mit
Bio-Basilikum-Tomatensauce**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

Donnerstag



**Schwäbische Maultaschen mit
Geflügelfüllung in Fleischbrühe,
dazu Kartoffelsalat**

Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf

kJ 446/ kcal 106 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 gKH 11,4 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 5,5g / Salz 1,16 g / 1,0 BE kJ 742 / kcal 177 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 gKH 23,4 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 10,2 g / Salz 2,16 g / 2,0 BE kJ 512 / kcal 122 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 gKH 16,7 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,21 g / 1,4 BE kJ 473 / kcal 113 / Fett 4,21g, davon ges. Fettsäuren 0,6 gKH 13,58g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,68 g / 1,2BE

Dessert/ Salat

Dessert

Dessert

Dessert

Dessert

2 x wöchentlich Salatbar



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.