

Speisekarte KW 21

Für die Woche vom
20.05. - 23.05.2019

Montag



**Lachs-Spinat-Frikadelle,
mit Pesto-Kartoffelpüree und
Peperonatasauce**

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

Dienstag



**Hot Dog mit Geflügelwiener,
Krautsalat, Röstzwiebeln
und Ofen-Frites**

Gluten (Weizen), Sellerie

3, 8

Mittwoch

**LAHMACUN
Vegetarisches Lahmacun,
gefüllt mit Salat und Joghurtsauce**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen

Donnerstag



**Mini-Geflügelcurrywurstchen
mit Backofen-Pommes**

Senf

8

Gericht

kJ 478 / kcal 114 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 10,9 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,34 g / BE 0,9 kJ 862 / kcal 206 / Fett 10,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 21,7 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 1,10 g / BE 1,8 kJ 661 / kcal 158 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 19,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,4 g / Salz 2,76 g / 1,6 BE kJ 643 / kcal 154 / Fett 7,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g KH 15,5 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,96 g / 1,3 BE

**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.