

Speisekarte KW 42

Für die Woche vom
15.10. - 19.10.2018

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Gericht

PIZZA - TAG
"Fit Pizza Margherita"
mit Tomaten + Käse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Bunte Farfalle
mit vegetarischer
Carbonarasauce

Gluten (Weizen), Sojabohnen

Vegetarische Pizzabällchen
mit Kartoffel-Spinatgratin
+ Käse überbacken

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

Tomatencremesuppe

Feiner Milchreis mit
roter Beerengrütze

Milch (Lactose)

kJ 753 / kcal 180 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,9 g KH 22,9 g, davon
Zucker 3,5 g / Eiweiß 10,7 g / Salz 3,00 g / 1,9 BE

kJ 655 / kcal 157 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 22,8 g, davon
Zucker 0,7 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 1,10 g / 1,9 BE

kJ 567 / kcal 136 / Fett 7,6 g, davon ges. Fettsäuren 4,3 g KH 9,5 g, davon
Zucker 1,7 g / Eiweiß 7,1 g / Salz 1,27 g / 0,8 BE

kJ 350 / kcal 84 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,6 g KH 9,5 g, davon
Zucker 4,1 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,43 g / 0,8 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.