

# Speisekarte KW 50

Für die Woche vom  
10.12. - 14.12.2018

**Montag**

**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

Gericht

**Warmer Milchreis mit  
Bratapfelragout**

**Seelachsfilet-Frikadelle mit  
Salzkartoffeln, Sauce +  
Mais-Karotten-Erbsengemüse**

**Kartoffel-Putenhackfleischauflauf  
mit Käse überbacken  
+ kleinem Salat**

**Feines Hühnchenragout  
in Rahmsauce mit  
Möhren-Erbsenreis**

Milch (inkl. Lactose)

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

Gluten (Weizen), Milch (inkl. Lactose), Senf

Milch (inkl. Lactose), Senf

3, 12

1, 3

1

kJ 360 / kcal 86 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g Kh 11,1 g, davon Zucker  
5,3 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,34 g / BE 0,9

kJ 429 / kcal 103 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 10,9 g, davon Zucker  
1,8 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,66 g / BE 0,9

kJ 372 / kcal 89 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g Kh 9,1 g, davon Zucker 1,4  
g / Eiweiß 4,8 g / Salz 1,90 g / BE 0,8

kJ 563 / kcal 134 / Fett 6,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g Kh 11,9 g, davon Zucker  
1,5 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 1,42 g / BE 1,0

**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.