

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Kita Vorspeise</b>	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing und Karottensalat</b> F, G, I, L, 3, 5, L, 3, 5,	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke)</b> F, G, I, L, 3, 5,	<b>Gurkensalat mit Jogurt</b> G,	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke)</b> F, G, I, L, 3, 5,	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing</b> F, G, I, L, 3, 5,
<b>Nährwert</b>	kcal 47,7 / kJ 199,5 / Fett 0,6 / EW 3,3 / KH 3,7	kcal 24,6 / kJ 103,1 / Fett 0,4 / EW 1,7 / KH 1,7	kcal 10,2 / kJ 42,6 / Fett 0,6 / EW 0,3 / KH 1,2	kcal 25,7 / kJ 107,6 / Fett 0,5 / EW 1,8 / KH 1,9	kcal 27,4 / kJ 114,6 / Fett 0,3 / EW 2,5 / KH 0,8
<b>Kita Hauptgang Vegetarisch</b>	<b>Kartoffelecken und Kohlrabigemüse dazu Kräuterquark</b> G,	<b>Linsen-Ragout mit Karotte und Sellerie dazu Spätzle</b> I, L, 1, 5, A1, C,	<b>Soja-Paprika-Gulasch mit Salzkartoffeln</b> A1, F, I, J, 3,	<b>Chili sin Carne (Mais, Rote Bohnen, Paprika) Penne (Nudeln) dazu geriebener Emmentaler</b> A1, C, G,	<b>Vegetarische Bratwurst mit Rahmsauce und Kartoffelpüree</b> A1, G, G,
<b>Nährwert</b>	kcal 335,5 / kJ 1403,8 / Fett 14,1 / EW 11,6 / KH 41,6	kcal 308,2 / kJ 1289,6 / Fett 15,7 / EW 6,4 / KH 53,4	kcal 174,5 / kJ 730,2 / Fett 4,1 / EW 2,2 / KH 32,5	kcal 428,7 / kJ 1793,8 / Fett 17,7 / EW 8,6 / KH 67,9	kcal 465,5 / kJ 1947,7 / Fett 18,0 / EW 27,2 / KH 34,9
<b>Kita Nachspeise</b>	<b>Verschiedenes Obst der Saison</b>	<b>Erdbeerjogurt</b> G,	<b>Verschiedenes Obst der Saison</b>	<b>Verschiedenes Obst der Saison</b>	<b>Vanillejogurt</b> G,
<b>Nährwert</b>	kcal 35,1 / kJ 146,7 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 8,1	kcal 62,4 / kJ 261,1 / Fett 1,6 / EW 1,7 / KH 0,0	kcal 54,6 / kJ 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	kcal 54,6 / kJ 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	kcal 60,9 / kJ 254,6 / Fett 2,2 / EW 1,7 / KH 8,8
<b>Kita Obst</b>	<b>Handobst: halber Apfel</b>	<b>Handobst: halbe Banane Banane (Bio und Fairtrade)</b>	<b>Handobst: halbe Clementinen</b>	<b>Handobst: halbe Birne</b>	<b>Handobst: Orangenstücke</b>
<b>Nährwert</b>	kcal 50,8 / kJ 212,5 / Fett 0,3 / EW 0,0 / KH 12,0	kcal 58,4 / kJ 243,5 / Fett 0,7 / EW 0,1 / KH 13,0	kcal 18,4 / kJ 76,8 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 3,6	kcal 32,5 / kJ 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH 7,7	kcal 53,8 / kJ 226,3 / Fett 1,3 / EW 0,3 / KH 10,3

Allergen-Kennzeichnung: A1 Weizen | A2 Roggen | A3 Gerste | A4 Hafer | A5 Dinkel | B Kerbstiere | C Eier | D Fisch | E Erdnüsse | F Sojabohnen | G Milch | H1 Mandeln | H2 Haselnüsse | H3 Walnüsse | H4 Cashewnüsse | H5 Pecannüsse | H7 Pistazien | H8 Macasamianüsse | I Sellerie | J Senf | K Sesam | L Schwefeldioxid und Sulfite | M Lupine | N Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Geschmacksverstärker | 5 geschwefelt | 6 geschwärzt | 7 mit Süßungsmittel | 8 mit Phosphat

Bitte beachten Sie, dass sich bei kurzfristigen Änderungen im Speiseplan, auch Allergene und Zusatzstoffe ändern können!

Wir verwenden folgende Lebensmittel ausschließlich in Bio-Qualität: Äpfel, Bananen, Reis, Penne und Fusilli



DE-006