

|                                       | Montag   | Dienstag   | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag   |
|---------------------------------------|--|--|--|---|---|
| <b>Kita Vorspeise</b>                 | Blattsalat mit<br>Jogurt-Dressing<br><br>F, G, I, L, 3, 5,<br><br>kcal 27,4 / kJ 114,6 / Fett 0,3 / EW 2,5 / KH<br>0,8 | Blattsalat mit<br>Jogurt-Dressing<br><br>F, G, I, L, 3, 5,<br><br>oder Rohkost (Karotte,<br>Paprika und Gurke)                         | Karottensalat<br><br>L, 3, 5,<br><br>kcal 25,4 / kJ 106,2 / Fett 0,4 / EW 0,9 / KH<br>3,7                          | Blattsalat mit<br>Jogurt-Dressing<br><br>F, G, I, L, 3, 5,<br><br>kcal 27,4 / kJ 114,6 / Fett 0,3 / EW 2,5 / KH<br>0,8                                  | Blattsalat mit<br>Jogurt-Dressing und<br>Weißkraut-Karottensalat<br><br>F, G, I, L, 3, 5,<br>G,<br><br>kcal 40,6 / kJ 169,7 / Fett 0,7 / EW 2,6 / KH<br>3,4 |
| <b>Kita Hauptgang<br/>Vegetarisch</b> | Fusilli mit<br>Spinat-Käsesauce<br><br>A1, C,<br>G,<br><br>kcal 447,1 / kJ 1870,8 / Fett 16,2 / EW 12,7<br>/ KH 65,1   | Gemüsefrikadelle<br>mit Bratensauce<br>dazu Spätzle<br><br>C, I,<br>C,<br><br>kcal 396,9 / kJ 1660,5 / Fett 16,1 / EW 9,6 /<br>KH 59,5 | Ofen-Kartoffelecken<br>mit Kräuterquark<br><br>G,<br><br>kcal 341,2 / kJ 1427,7 / Fett 16,3 / EW 11,7<br>/ KH 40,3 | Tomatencremesuppe dazu<br>zwei vegetarische<br>Hackbällchen<br>Reis<br><br>A1, A3, C, F,<br><br>kcal 274,7 / kJ 1149,2 / Fett 6,4 / EW 6,0 /<br>KH 47,6 | Zwei Pfannkuchen mit<br>Erbsen-Karotten-Ragout<br><br>A1, C, G,<br>G,<br><br>kcal 356,4 / kJ 1491,0 / Fett 14,2 / EW 12,0<br>/ KH 46,2                      |
| <b>Kita Nachspeise</b>                | Schokoladenpudding, fertig<br><br>G,<br><br>kcal 68,3 / kJ 285,8 / Fett 1,8 / EW 2,1 / KH<br>10,2                      | Verschiedenes Obst der<br>Saison<br><br>kcal 54,6 / kJ 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH<br>11,6  | Aprikosen-Jogurt<br><br>G,<br><br>kcal 58,8 / kJ 246,0 / Fett 2,2 / EW 1,8 / KH<br>8,2                             | Verschiedenes Obst der<br>Saison<br><br>kcal 54,6 / kJ 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH<br>11,6   | Verschiedenes Obst der<br>Saison<br><br>kcal 54,6 / kJ 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH<br>11,6   |
| <b>Kita Obst</b>                      | Handobst: halber Apfel<br><br>kcal 50,8 / kJ 212,5 / Fett 0,3 / EW 0,0 / KH<br>12,0                                    | Handobst: halbe Banane<br>Banane (Bio und Fairtrade)<br><br>kcal 58,4 / kJ 243,5 / Fett 0,7 / EW 0,1 / KH<br>13,0                      | Handobst: halbe<br>Clementinen<br><br>kcal 18,4 / kJ 76,8 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH<br>3,6                          | Handobst: halbe Birne<br><br>kcal 32,5 / kJ 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH<br>7,7   | Handobst: halbe Orangen<br><br>kcal 53,8 / kJ 226,3 / Fett 1,3 / EW 0,3 / KH<br>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 Macadamianüsse | I Sellerie | J Senf | K Sesam | L Schwefeldioxid und Sulfit | M Lupine | N Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff | 3 mit Antioxidationsmittel | 4 mit Geschmacksverstärker | 5 geschwefelt | 6 geschwärt | 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 Fussili

