

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Kita Vorspeise</b>	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing</b> F, G, I, L, 3, 5,	<b>geschnittener Chinakohl Jogurt-Dressing</b> F, G, I, L, 3, 5,	<b>Rohkost (Karotte, Tomate und Gurke)</b>	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rote-Bete(gekocht)-Jogurt-Salat</b> F, G, I, L, 3, 5, G, J,	<b>Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rohkost (Karotte, Tomate und Gurke)</b> F, G, I, L, 3, 5,
<b>Nährwert</b>	kcal 36,5 / kj 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1	kcal 38,5 / kj 161,2 / Fett 0,6 / EW 3,4 / KH 1,2	kcal 7,5 / kj 31,2 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 1,4	kcal 42,2 / kj 176,5 / Fett 0,9 / EW 2,8 / KH 1,0	kcal 33,8 / kj 141,4 / Fett 0,5 / EW 2,6 / KH 2,0
<b>Kita Hauptgang Vegetarisch</b>	<b>vegetarische Hackbällchen dazu Erbsen, Rahmsauce und Spätzle</b> G, A1, C,	<b>Vegetarische Frühlingsrollen mit Sojasauce und Gelber-Reis</b> A1, F, I, J, F, K,	<b>Champignon-Bolognese mit Fusilli und geriebener Emmentaler</b> I, A1, C, G,	<b>Dampfkartoffeln dazu Kräuterquark</b> G,	<b>drei Falafelbällchen gedämpfter Couscous mit Humus (cremige Kichererbsen)</b> A1, A1, 3, 3,
<b>Nährwert</b>	kcal 509,4 / kj 2131,3 / Fett 23,6 / EW 15,7 / KH 65,3	kcal 379,0 / kj 1585,9 / Fett 12,5 / EW 4,3 / KH 70,3	kcal 409,6 / kj 1713,7 / Fett 17,2 / EW 8,2 / KH 64,3	kcal 309,0 / kj 1292,7 / Fett 17,9 / EW 3,2 / KH 48,4	kcal 510,6 / kj 2136,4 / Fett 17,1 / EW 12,8 / KH 79,7
<b>Kita Nachspeise</b>	<b>Verschiedenes Obst der Saison</b>	<b>Erdbeerjogurt</b> G,	<b>Rosinenbrötchen</b> A1, G, 3,	<b>Verschiedenes Obst der Saison</b>	<b>Vanillepudding</b> G,
<b>Nährwert</b>	kcal 54,6 / kj 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	kcal 62,4 / kj 261,1 / Fett 1,6 / EW 1,7 / KH 0,0	kcal 198,3 / kj 829,5 / Fett 4,4 / EW 4,2 / KH 34,5	kcal 54,6 / kj 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	kcal 68,3 / kj 285,8 / Fett 1,8 / EW 2,1 / KH 10,2
<b>Kita Obst</b>	<b>Handobst: halber Apfel</b>	<b>Handobst: halbe Orange</b>	<b>Handobst: halbe Birnen</b>	<b>Handobst: halbe Banane</b>	<b>Handobst: Wassermelone</b>
<b>Nährwert</b>	kcal 50,8 / kj 212,5 / Fett 0,3 / EW 0,0 / KH 12,0	kcal 53,8 / kj 226,3 / Fett 1,3 / EW 0,3 / KH 10,3	kcal 32,5 / kj 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH 7,7	kcal 58,4 / kj 243,5 / Fett 0,7 / EW 0,1 / KH 13,0	kcal 38,0 / kj 160,0 / Fett 0,0 / EW 0,0 / KH 0,0

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 Sulfit | 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

