

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Kita Vorspeise	Blattsalat mit Jogurt-Dressing und Karottensalat F, G, I, L, 3, 5, L, 3, 5,	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) F, G, I, L, 3, 5,	Rote-Bete(gekocht)-Jogurt-Salat G, J,	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) F, G, I, L, 3, 5,	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5,
Nährwert	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 23,7 / kj 99,0 / Fett 0,9 / EW 0,5 / KH 0,4	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
Kita Hauptgang Vegetarisch	Kartoffelecken und Kohlrabigemüse dazu Kräuterquark G,	Kartoffel-Brokkoli-Suppe mit Backerbsen und Körnerbrötchen A1, C, G, A1, A2, A3, A4, K,	Linsen-Ragout mit Karotte und Sellerie dazu Spätzle I, L, 1, 5, A1, C,	Penne (Nudeln) dazu Käse-Sahnesauce A1, C, G,	Soja-Paprika-Gulasch Kartoffelpüree A1, F, I, J, 3, G,
Nährwert	kcal 335,5 / kj 1403,8 / Fett 14,1 / EW 11,6 / KH 41,6	kcal 396,8 / kj 1660,2 / Fett 11,4 / EW 10,5 / KH 14,1	kcal 308,2 / kj 1289,6 / Fett 15,7 / EW 6,4 / KH 53,4	kcal 520,3 / kj 2176,9 / Fett 19,0 / EW 18,9 / KH 66,9	kcal 150,7 / kj 630,4 / Fett 4,4 / EW 3,9 / KH 23,5
Kita Nachspeise	Verschiedenes Obst der Saison	Erdbeerjogurt G,	Verschiedenes Obst der Saison	Verschiedenes Obst der Saison	Vanillejogurt G,
Nährwert	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
Kita Obst	Handobst: halber Apfel	Handobst: halbe Banane Banane (Bio und Fairtrade)	Handobst: Stück Wassermelone	Handobst: halbe Birne	Handobst: Trauben
Nährwert	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 38,0 / kj 160,0 / Fett 0,0 / EW 0,0 / KH 0,0	kcal 32,5 / kj 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH 7,7	kcal 35,0 / kj 145,5 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 7,6

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

