

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Kita Vorspeise	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, Nährwert kcal 36,5 / kJ 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1	Gurkensalat mit Jogurt G, kcal 11,3 / kJ 47,4 / Fett 0,7 / EW 0,3 / KH 1,4	Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) kcal 6,4 / kJ 26,7 / Fett 0,2 / EW 0,1 / KH 1,2	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, kcal 45,6 / kJ 191,0 / Fett 0,5 / EW 4,2 / KH 1,3	Karottensuppe G, L, 3, 5, kcal 42,3 / kJ 176,9 / Fett 0,7 / EW 2,4 / KH 4,4
Kita Hauptgang Vegetarisch	Vegetarisches Frikassee mit Karotte A1, F, G, I, J, 3, dazu Reis (Bio) Nährwert kcal 300,4 / kJ 1256,8 / Fett 7,1 / EW 6,3 / KH 52,5	Champignon-Bolognese I, mit Vollkorn Penne (Bio-Nudeln) A1, C, und geriebener Emmentaler G, kcal 390,6 / kJ 1634,4 / Fett 16,8 / EW 8,4 / KH 59,5	Omelett C, G, mit Rahmspinat G, und Salzkartoffeln (Bio) kcal 283,3 / kJ 1185,2 / Fett 13,6 / EW 11,0 / KH 30,3	Käsespätzle mit Emmentaler A1, C, G, dazu Rahmsauce G, kcal 361,4 / kJ 1512,2 / Fett 16,1 / EW 16,7 / KH 35,4	Milchreis G, mit Apfelmus 3, kcal 241,9 / kJ 1011,4 / Fett 6,6 / EW 2,4 / KH 47,0
Kita Nachspeise	Verschiedenes Obst der Saison Nährwert kcal 35,1 / kJ 146,7 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 8,1	Rote Grütze mit Vanillejogurt G, kcal 60,5 / kJ 253,0 / Fett 1,9 / EW 1,4 / KH 8,4	Verschiedenes Obst der Saison kcal 35,1 / kJ 146,7 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 8,1	Handobst: Wassermelone kcal 30,4 / kJ 128,0 / Fett 0,0 / EW 0,0 / KH 0,0	Aprikosen-Jogurt G, kcal 68,6 / kJ 287,0 / Fett 2,6 / EW 2,1 / KH 9,5
Kita Obst	Zwetschge / Pflaumen Nährwert kcal 21,5 / kJ 90,5 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 4,4	Handobst: halbe Banane (Bio) kcal 58,4 / kJ 243,5 / Fett 0,7 / EW 0,1 / KH 13,0	Handobst: Apfel kcal 50,8 / kJ 212,5 / Fett 0,3 / EW 0,0 / KH 12,0	Handobst: Wassermelone kcal 30,4 / kJ 128,0 / Fett 0,0 / EW 0,0 / KH 0,0	Handobst: halbe Birnen kcal 32,5 / kJ 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH 7,7

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