

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
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	Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) kcal 9,9 / kj 41,3 / Fett 0,5 / EW 0,1 / KH 1,7	Weißkraut-Karottensalat G, kcal 18,7 / kj 78,1 / Fett 0,5 / EW 0,6 / KH 2,7	Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) kcal 9,9 / kj 41,3 / Fett 0,5 / EW 0,1 / KH 1,7	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, kcal 36,5 / kj 152,8 / Fett 0,4 / EW 3,4 / KH 1,1
Hauptgericht vegetarisch Kita U3	Champignon-Bolognese mit Fusilli und geriebener Emmentaler I, A1, C, G, Nährwert kcal 379,5 / kj 1588,0 / Fett 16,1 / EW 7,9 / KH 58,8	Kartoffelsuppe dazu Backerbsen und Dinkelbrötchen G, A1, C, G, A1, kcal 439,0 / kj 1836,9 / Fett 11,6 / EW 17,0 / KH 46,5	Soja-Rahmgeschnetzeltes mit gedämpfter Reis A1, F, G, I, J, kcal 317,0 / kj 1326,3 / Fett 6,2 / EW 6,8 / KH 56,3	Käsespätzle mit Emmentaler und Tomatensauce A1, C, G, kcal 371,6 / kj 1554,8 / Fett 18,1 / EW 16,4 / KH 36,5	Süßkartoffel-Ofengemüse (Brokkoli, Tomate, Paprika) Couscous Jogurt-Dip A1, 3, G, kcal 479,3 / kj 2005,5 / Fett 15,2 / EW 10,7 / KH 77,6
Hauptgericht alternative Fleisch/Fisch Kita U3			Hähnchenpfanne in Rahmsauce mit gedämpfter Reis A1, F, G, kcal 440,1 / kj 1841,3 / Fett 17,4 / EW 15,0 / KH 57,4		
Hauptgericht vegetarisch Kita Ü3	Champignon-Bolognese mit Fusilli und geriebener Emmentaler I, A1, C, G, Nährwert kcal 418,4 / kj 1750,4 / Fett 17,5 / EW 8,3 / KH 66,0	Kartoffelsuppe dazu Backerbsen und Dinkelbrötchen G, A1, C, G, A1, kcal 463,6 / kj 1939,9 / Fett 12,0 / EW 18,1 / KH 49,6	Soja-Rahmgeschnetzeltes mit gedämpfter Reis A1, F, G, I, J, kcal 337,6 / kj 1412,4 / Fett 6,6 / EW 7,3 / KH 59,8	Käsespätzle mit Emmentaler und Tomatensauce A1, C, G, kcal 398,0 / kj 1665,0 / Fett 19,4 / EW 17,5 / KH 39,1	Süßkartoffel-Ofengemüse (Brokkoli, Tomate, Paprika) Couscous Jogurt-Dip A1, 3, G, kcal 489,4 / kj 2047,8 / Fett 15,4 / EW 10,8 / KH 79,8
Hauptgericht alternative Fleisch/Fisch Kita Ü3			Hähnchenpfanne in Rahmsauce mit gedämpfter Reis A1, F, G, kcal 455,2 / kj 1904,6 / Fett 17,7 / EW 15,2 / KH 60,3		

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 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



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Nachspeise Kita Nährwert	Verschiedenes Obst der Saison kcal 52,6 / kJ 220,0 / Fett 0,5 / EW 0,1 / KH 12,2	Bircher Müsli A4, G, kcal 110,9 / kJ 464,0 / Fett 4,0 / EW 2,0 / KH 18,5	Verschiedenes Obst der Saison kcal 52,6 / kJ 220,0 / Fett 0,5 / EW 0,1 / KH 12,2	Aprikosen-Jogurt G, kcal 58,8 / kJ 246,0 / Fett 2,2 / EW 1,8 / KH 8,2	Verschiedenes Obst der Saison kcal 52,6 / kJ 220,0 / Fett 0,5 / EW 0,1 / KH 12,2
Obst (sortenrein) Nährwert	Handobst: Apfel (Bio) kcal 101,7 / kJ 425,0 / Fett 0,6 / EW 0,1 / KH 23,9	Handobst: Banane (Bio) kcal 116,9 / kJ 487,0 / Fett 1,5 / EW 0,2 / KH 26,0	Handobst: Wassermelone kcal 38,0 / kJ 160,0 / Fett 0,0 / EW 0,0 / KH 0,0	Handobst: Birnen kcal 65,0 / kJ 272,5 / Fett 0,6 / EW 0,4 / KH 15,5	Handobst: halbe Orange 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 Sulfat | 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-ÖKO-006