

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Kita Vorspeise	Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, Nährwert kcal 27,4 / kj 114,6 / Fett 0,3 / EW 2,5 / KH 0,8	Kartoffelsalat J, 7, Blattsalat mit Jogurt-Dressing F, G, I, L, 3, 5, Nährwert kcal 151,1 / kj 632,2 / Fett 2,1 / EW 8,7 / KH 14,9	Bauernsalat (Gurke, Tomate, Paprika) L, 3, 5, Nährwert kcal 40,2 / kj 168,1 / Fett 0,3 / EW 3,7 / KH 1,1	Blattsalat mit Jogurt-Dressing oder und Rohkost (Karotte, Paprika und Gurke) F, G, I, L, 3, 5, Nährwert kcal 24,6 / kj 103,1 / Fett 0,4 / EW 1,7 / KH 1,7	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
Kita Hauptgang Vegetarisch	Soja-Rahmgeschnetzeltes A1, F, G, I, J, dazu Karottengemüse und Reis Nährwert kcal 293,3 / kj 1227,1 / Fett 5,7 / EW 6,6 / KH 51,4	geschnittene veg. Maultaschen A1, C, I, dazu Käse-Sahnesauce G, Nährwert kcal 368,7 / kj 1542,6 / Fett 14,7 / EW 18,4 / KH 34,8	cremige Kartoffelsuppe G, dazu ein Körnerbrötchen A1, A2, A3, A4, K, Nährwert kcal 325,3 / kj 1360,9 / Fett 9,3 / EW 8,4 / KH 13,9	Tomatensauce mit Hörnle (Nudeln) A1, C, dazu geriebener Emmentaler G, Nährwert kcal 395,7 / kj 1655,8 / Fett 15,8 / EW 8,3 / KH 62,3	Vier Gemüse-Nuggets A1, A3, G, mit Jogurt-Dip G, dazu Kartoffelecken Nährwert kcal 413,3 / kj 1729,5 / Fett 8,6 / EW 19,5 / KH 49,1
Kita Nachspeise	Verschiedenes Obst der Saison Nährwert kcal 54,6 / kj 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	Verschiedenes Obst der Saison Nährwert kcal 54,6 / kj 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6	Aprikosen-Jogurt G, Nährwert kcal 58,8 / kj 246,0 / Fett 2,2 / EW 1,8 / KH 8,2	Schokoladenpudding G, Nährwert kcal 68,3 / kj 285,8 / Fett 1,8 / EW 2,1 / KH 10,2	Verschiedenes Obst der Saison Nährwert kcal 54,6 / kj 228,6 / Fett 0,7 / EW 0,2 / KH 11,6
Kita Obst	Handobst: halbe Birne Nährwert kcal 32,5 / kj 136,3 / Fett 0,3 / EW 0,2 / KH 7,7	Handobst: halber Apfel Nährwert kcal 50,8 / kj 212,5 / Fett 0,3 / EW 0,0 / KH 12,0	Handobst: halbe Banane Banane (Bio und Fairtrade) Nährwert kcal 58,4 / kj 243,5 / Fett 0,7 / EW 0,1 / KH 13,0	Handobst: Trauben Nährwert kcal 35,0 / kj 145,5 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 7,6	Handobst: halbe Clementinen Nährwert kcal 23,0 / kj 96,2 / Fett 0,3 / EW 0,1 / KH 4,5

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-ÖKO-006