

Speiseplan für die Woche vom

Montag, 29. November 2021

bis

Freitag, 3. Dezember 2021

48. Woche	Menü 1		Menü 2		Menü 3 Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung	
Montag, 29. November 2021	Fleischklößchen in Tomaten Gemüse Sauce und Nudeln S,1,1.1,6,9,10		Hähnchengeschnetzeltes in Paprikasauce mit Reis G,1,1.1,6,7,9		Champignonragout auf Vollkornnudeln V,1,1.1,1.5,6,7,9	
	Obst		Obst		Obst	
Dienstag, 30. November 2021	Snirtje vom Schwein mit Kartoffeln und Bratensoßen S,1,1.1,6,9,10		Milchreis mit Kirschen V,1,1.1,7		Nudelauflauf mit Rinderhack in Tomatensauce und Käse überbacken R,1,1.1,6,7,9,10	
	Salat		Salat		Salat	
Mittwoch, 1. Dezember 2021	Schnitzel vom Schwein, Erbsen und Möhren, Kartoffeln und Jägersoße S,1,1.1,6,7,9,10		Nudel-Rindfleisch-Gemüsetopf mit Brötchen R,1,1.1,6,7,9,10		Chinapfanne vegetarisch mit gebratenem Reis und Kräuter Dipp V,1,1.1,6,7,9	
	Pudding		Pudding		Pudding	
Donnerstag, 2. Dezember 2021	Backschinken mit Pflaumensoße Kartoffeln und Rotkohl S,1,1.1,6,7,9,10		Pfannkuchen mit Apfelmus V,1,1.1,3,7		Paniertes Fischfilet mit Kartoffelpüree und Remoulade F,1,1.1,3,6,7,9	
	Obst		Obst		Obst	
Freitag, 3. Dezember 2021	Hähnchenbrust natur mit buntem Linsengemüse und Reis G,1,1.1,6,7,9,10		Seelachs Müllerin mit kleinen Kartoffeln und heller Gemüsesauce F,1,1.1,6,7,9,10		Kartoffelauflauf mit Zwiebeln, Paprikastreifen, Lauch Eier und Käse überbacken V,1,1.1,3,6,7,9,10	
	Salat		Salat		Salat	

V = vegetarisch	Nährwertangaben pro 100 Gramm		Zusatzstoffe		Stoffe die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können			
R = Rindfleisch	Kcal = Menge an Kilokalorien	GZ = Zucker in Gramm	a. mit Farbstoff	1. Glutenhaltiges Getreidesowie daraus hergestellte Erz.		6. Sojabohnen oder daraus gewonnene Erzeugnisse		10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
S = Schweinefleisch	BE = Menge an Broteinheiten	Ej = Eiweiß in Gramm	b. mit Konservierungsstoff	1.1 Weizen	1.4 Hafer	7. Milch oder daraus gewonnene Erzeugnisse incl. Laktose		11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
R,S = Rind und Schweinefleisch	FE = Fett in mg	Na = Salz in mg	c. mit Antioxidationsmittel	1.2 Roggen	1.5 Dinkel	8. Schalenfrüchte oder daraus gewonnene Erzeugnisse		12. Schwefeldioxid/Sulphite von mehr als 10 mg/kg
G = Geflügel	Feg = gesättigte Fettsäuren mg		d. mit Geschmacksverstärker	1.3 Gerste	1.6 Kamut	8.1 Mandeln	8.5 Pecannüsse	13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
F = Fisch	Kh = Kohlenhydrate in Gramm	mg = Milligramm	e. geschwefelt	2. Krebstiere oder daraus hergestellte Erzeugnisse		8.2 Haselnüsse		14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
			f. geschwärzt	3. Eier oder daraus gewonnene Erzeugnisse		8.3 Walnüsse		
			g. gewachst	4. Fische oder daraus gewonnene Erzeugnisse		8.4 Kaschunüsse		8.8 Macadamia/Queenland
			h. mit Süßungsmittel	5. Erdnüsse oder daraus gewonnene Erzeugnisse		9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse		Empfehlung einer ausgeglichenen Ernährung nach den D-A-CH Referenzwerten
			i. mit Phosphat					



DE
NI - 11496
EG

Bankverbindung:
 Sparkasse LeerWittmund
 IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57
 Swift-BIC: BRLADE21LER

