


Speiseplan für die Woche vom

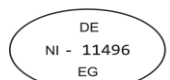
Montag, 6. Dezember 2021

bis

Freitag, 10. Dezember 2021

49. Woche	Menü 1		Menü 2		Menü 3 Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung 	
Montag, 6. Dezember 2021	Hähnchencordon Bleu mit Kartoffeln und Bratensoße G,1,1,1,3,7,9		gefüllte Tortelloni mit Fleisch und Tomaten-Sahne Soße S,1,1,1,3,7,9		Bunter Kartoffel-Gemüse Eintopf V,1,6,7,9	
	Obst		Obst		Obst	
Dienstag, 7. Dezember 2021	Rindercevapci mit Djuwetschreis und Knoblauchdipp R,1,1,1,3,7,9,10		Linsensuppe mit Speck und Bockwurst S,1,1,1,7,9,10		Überbackener Kartoffel-Zucchini Auflauf V,1,1,1,3,7,9	
	Joghurt		Joghurt		Joghurt	
Mittwoch, 8. Dezember 2021	Grünkohl mit Pinkel und Salzkartoffeln S,1,1,1,7,9,10		Mac'n Cheese Auflauf (Gabelspaghetti in Käsesoße und Käse überbacken) V,1,1,1,3,7,9		Hähnchenkeule mit Erbsen-Möhren Gemüse und Kartoffelstampf G,7,9,10	
	Obst		Obst		Obst	
Donnerstag, 9. Dezember 2021	Rindergulasch mit Zwiebeln,Paprika,Champignons und Spätzle R,1,1,1,3,9		Hühner-Eintopf mit Gemüse,Eierstich dazu ein Partybrötchen G,1,1,1,3,7,9		Kartoffel-Brokkoli Auflauf mit Käse überbacken V,1,1,1,3,7,9	
	Salat		Salat		Salat	
Freitag, 10. Dezember 2021	Pökelfleisch mit Kartoffeln,grünen Bohnen und Meerrettichsoße R,1,1,1,7,9,		Germknödel mit Beerenkompott V,1,1,1,3,7		Bratfisch mit Rahmwirsing und Kartoffeln F,1,1,1,3,7,9	
	Pudding		Pudding		Pudding	

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	6. Sojabohnen oder daraus gewonnene Erzeugnisse	10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse			
S = Schweinefleisch	BE = Menge an Broteinheiten	EI = Eiweiß in Gramm	b. mit Konservierungsstoff	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	8. Schalenfrüchte oder daraus gewonnene Erzeugnisse	12. Schwefeldioxid/Sulphite von mehr als 10 mg/kg			
G = Geflügel	Feg = gesättigte Fettsäuren mg		d. mit Geschmacksverstärker	8.1 Mandeln	8.5 Pecannüsse	13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse		
F = Fisch	Kh = Kohlenhydrate in Gramm	mg = Milligramm	e. geschwefelt	8.2 Haselnüsse	8.6 Paranüsse	14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse		
			f. geschwärzt	8.3 Walnüsse	8.7 Pistazien			
			g. gewachst	8.4 Kaschunüsse	8.8 Macadamia/Queenland	Empfehlung einer ausgeglichenen Ernährung nach den D-A-CH Referenzwerten 		
			h. mit Süßungsmittel	9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse				
			i. mit Phosphat	Änderungen vorbehalten				



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