

Speiseplan für die Woche vom

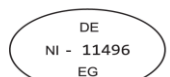
Montag, 13. Dezember 2021

bis

Freitag, 17. Dezember 2021

50. Woche	Menü 1		Menü 2		Menü 3 Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung	
Montag, 13. Dezember 2021	Hähnchenschnitzel mit Reis, Erbsen und Möhren und Rahmsauce G,1,1,1,3,6,7,8,9,10		Möhreneintopf mit einer groben Bratwurst S,1,1,1,3,6,7,9,10		Kartoffel-Gemüseintopf mit vegetarischem Hackbällchen V,1,1,1,3,6,7,9,	
	Obst		Obst		Obst	
Dienstag, 14. Dezember 2021	Erbsensuppe mit Speckwürfel und Bockwurst S,1,1,1,3,6,7,9,10		Reibekuchen mit Apfelmus V,1,1,1,3,7		Lasagne Bolognese ( Rinderhackfleischsoße mit Tomaten, Paprika und Zwiebeln, Béchamel und Käse überbacken ) R,1,1,1,3,6,7,9,10	
	Joghurt		Joghurt		Joghurt	
Mittwoch, 15. Dezember 2021	Weißkohleintopf mit Rinderhackfleisch und einem kleinen Brötchen R,1,1,1,3,6,7,9,10		Backfischstäbchen mit Erbsen und Kartoffelstampf F,1,1,1,3,4,6,7,9,10		Reisnudelauflauf mit Blattspinat, Tomaten und Fetakäse V,1,1,1,3,6,7,9,10	
	Salat		Salat		Salat	
Donnerstag, 16. Dezember 2021	Snirtje mit Salzkartoffeln, Apfelrotkohl und Bratensoße S,1,1,1,3,6,7,9,10		Vegetarischer Bohnenstampf mit einer Frikadelle ( vegetarisch ) V,1,1,1,3,6,7,9		Hähnchennuggets mit Reis und Tomaten-Paprikasauce G,1,1,1,3,6,7,9,	
	Obst		Obst		Obst	
Freitag, 17. Dezember 2021	Putenbraten mit Rahmwirsing und Kartoffelpüree G,1,1,1,3,6,7,8,9,		Seelachs Müllerin mit kleinen würzigen Ofenkartoffeln dazu Kräuterquark F,1,1,1,3,4,7,9,		Kaiserschmarrn mit Kirschkompott V,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	1. Glutenhaltiges Getreidesowie daraus hergestellte Erz.		6. Sojabohnen oder daraus gewonnene Erzeugnisse	
S = Schweinefleisch	BE = Menge an Broteinheiten	EI = Eiweiß in Gramm	b. mit Konservierungsstoff	1.1 Weizen	1.4 Hafer	7. Milch oder daraus gewonnene Erzeugnisse incl. Laktose	10. Senf 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	11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
G = Geflügel	Feg = gesättigte Fettsäuren mg		d. mit Geschmacksverstärker	1.3 Gerste	1.6 Kamut	8.5 Pecannüsse	12. Schwefeldioxid/Sulphite von mehr als 10 mg/kg
F = Fisch	Kh = Kohlenhydrate in Gramm	mg = Milligramm	e. geschwefelt	2. Krebstiere oder daraus hergestellte Erzeugnisse		8.6 Paranüsse	13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
			f. geschwärzt	3. Eier oder daraus gewonnene Erzeugnisse		8.7 Pistazien	14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
			g. gewachst	4. Fische oder daraus gewonnene Erzeugnisse		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				



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

