

KW 10	Menü 1/ Vollkost	Menü 2 / Schulessen	Menü 3 / Empfehlungslinie Kita/Krippenessen	Beilagen zu den Menüs
Montag, 4. März 2024	Hacksteak mit Djuwetschreis und Tzatziki æ ψ ∫ ∞ 2 3 i c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 149.50 kcal F: 6.22 g GF: 1.43 g C: 17.28 g Z: 2.26 g P: 5.80 g S: 0.78 g B: 1.44 BE	Bunte Kartoffelgemüse Suppe mit einem kleinen Partybrötchen ∇ ∞ a 3 i a 6 c j a 8 g a g 1 a 1 N: 38.11 kcal F: 0.30 g GF: 0.08 g C: 7.45 g Z: 1.64 g P: 1.21 g S: 0.31 g B: 0.62 BE	Gnocchi - Gemüsepfanne mit Pesto Genovese ∇ 2 3 5 l c y a 8 g a 1 N: 115.27 kcal F: 4.15 g GF: 0.90 g C: 15.08 g Z: 2.81 g P: 3.71 g S: 0.83 g B: 1.25 BE	Obst ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Dienstag, 5. März 2024	Mac & Cheese Auflauf, Gabelspaghetti in Käsesauce mit Käse überbacken ∇ ∫ c a 8 g a g 1 a 1 N: 129.52 kcal F: 7.70 g GF: 4.20 g C: 10.22 g Z: 1.99 g P: 4.82 g S: 1.77 g B: 0.85 BE	Kohlrabi-Kartoffeleintopf mit Klößchen(Gerrit) æ ψ ∞ i c j f a 8 g a a 1 N: 71.15 kcal F: 3.61 g GF: 1.54g C: 5.41 g Z: 1.94 g P: 4.19 g S: Z: 1.94 g P: 4.19 g S: 0.9 g B: 0.45 BE	Vegetarische Maultaschen mit Tomatensauce ∇ 2 i c j z f a a 1 N: 130.10 kcal F: 1.53 g GF: 0.41g C: 20.68 g Z: 3.45 g P: 7.58 g S: 0.61 g B: 1.72 BE	Fruchtjoghurt im Becher ∇ ∫ z g g 1 N: 92.22 kcal F: 2.83 g GF: 1.63 g C: 12.20 g Z: 11.50 g P: 3.35 g S: 0.10 g B: 1.01 BE
Mittwoch, 6. März 2024	Bratwurst mit Kartoffelpüree, Erbsen und Möhren Gemüse & ∫ ∞ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 109.10 kcal F: 6.09 g GF: 2.42 g C: 8.62 g Z: 1.86 g P: 4.80 g S: 0.75 g B: 0.72 BE	Kartoffelcremesuppe mit einem Partybrötchen ∇ ∫ a 3 i a 6 c j a 8 g a g 1 a 1 N: 33.62 kcal F: 0.53 g GF: 0.24 g C: 6.07 g Z: 1.36 g P: 1.00 g S: 0.25 g B: 0.50 BE	Gemüsenuggets mit Vollkornreis und Tomatensauce ∇ ∫ 2 a 3 i c j y z f a 8 g a g 1 a 1 N: 187.00 kcal F: 4.44 g GF: 1.03 g C: 32.55 g Z: 3.15 g P: 3.59 g S: 0.64 g B: 2.71 BE	Salat Mix mit Cocktail Dressing ∇ ∫ 3 1 1 1 9 c j z a 8 g a g 1 a 1 N: 85.18 kcal F: 5.97 g GF: 0.70 g C: 5.66 g Z: 5.02 g P: 1.77 g S: 0.46 g B: 0.47 BE
Donnerstag, 7. März 2024	Nudeln mit einer Gemüse-Sahne-Käsesauce ∇ ∫ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 86.90 kcal F: 3.59 g GF: 2.15 g C: 10.09 g Z: 2.77 g P: 3.42 g S: 1.69 g B: 0.84 BE	Kartoffel - Lauch - Auflauf ∇ ∫ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 181.17 kcal F: 15.66 g GF: 5.54 g C: 7.04 g Z: 1.29 g P: 3.09 g S: 0.96 g B: 0.59 BE	Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln, Bohnen und Champignonsauce ♦ ♦ i c y z f a 8 g a g 1 a 1 N: 92.21 kcal F: 3.00 g GF: 0.56 g C: 10.73 g Z: 1.34 g P: 5.29 g S: 0.94 g B: 0.89 BE	Obst ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Freitag, 8. März 2024	Backfisch mit Rahmwirsing und Salzkartoffeln ∫ i c j a 8 g d a g 1 a 1 N: 94.29 kcal F: 1.81 g GF: 1.14 g C: 13.13 g Z: 1.80 g P: 6.01 g S: 1.17 g B: 1.09 BE	Geflügelgeschnetzeltes in Sahnesauce dazu Reis ♦ ∫ i j a 9 a 8 g a g 1 a 1 N: 110.28 kcal F: 2.51 g GF: 0.88g C: 15.37 g Z: 0.73 g P: 6.31 g S: 2.00 g B: 1.28 BE	Puffertjes mit Vanille Birnen ∇ ∫ c t h 3 z f a 8 g a g 1 a 1 N: 298.32 kcal F: 15.69 g GF: 8.17g C: 34.12 g Z: 15.50 g P: 4.66 g S: 0.49 g B: 2.84 BE	Pudding im Becher ∇ ∫ g g 1 N: 131.79 kcal F: 6.02 g GF: 3.80 g C: 15.98 g Z: 12.98 g P: 2.82 g S: 0.22 g B: 1.33 BE

Nährwertangaben pro 100g:	N: Brennwert,	F: Fett,	GF: davon gesättigte Fettsäuren,	C: Kohlenhydrate,	Z: davon Zucker,	P: Eiweiß,	S: Salz,	B: Broteinheit
Allergene Inhaltsstoffe								
a Gluten a1 Weizen a3 Gerste (Malz) a6 Dinkel/ Grünkern a8 Hybridstämme (Gluten) a9								
sonstige Weizenarten c Eier d Fisch f Soja g Milch und Milcherzeugnisse								
g1 Milcheiweiß h3 Walnuss								
i Sellerie j Senf t Schalenfrucht y Hülsenfrucht z Zitrusfrucht								
Zusatzstoffe								
2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel								
8 mit Phosphat 15 Nitrat/Nitrit								
Eigenschaften								
♣ Geflügel								♦ Halal
∞ Schweinefleisch								& Muskelfleisch
ψ Rindfleisch								∫ Laktose
∞ ψ Schweine und Rindfleisch gemischt								æ Knoblauch
d Fisch								
∇ Vegetarisch								
∞ Vegan								