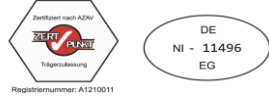


KW 11	Menü 1/ Vollkost	Menü 2 / Schulessen	Menü 3 / Empfehlungslinie Kita/Krippenessen	Beilagen zu den Menüs
Montag, 11. März 2024	Kartoffel-Gemüse-Eintopf mit Bockwurst ψ ω 15 i c j a 8 g g 1 a 1 N: 86.80 kcal F: 6.72 g GF: 2.62 g C: 3.51 g Z: 1.76 g P: 3.16 g S: 0.59 g B: 0.29 BE	Frikadelle mit Sellerie-Kartoffelstampf und Rahmsauce & ψ j ω i c j a 9 a 8 g a g 1 a 1 N: 110.84 kcal F: 5.70 g GF: 2.25 g C: 10.76 g Z: Z: 1.28 g P: 3.92 g S: 0.93 g B: 0.89 BE	Nudeln mit Käsesauce(Gerrit) ∇ j c a 8 g a g 1 a 1 N: 110.82 kcal F: 3.62 g GF: 1.22 g C: 16.02 g Z: 1.27 g P: 3.40 g S: 0.59 g B: 1.33 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, 12. März 2024	Königsberger Klöße mit leichter Kapersauce, Erbsen & Möhren dazu Salzkartoffeln æ ψ j ω i c j y f a 8 g a g 1 a 1 N: 106.10 kcal F: 4.88 g GF: 2.29 g C: 9.61 g Z: 2.38 g P: 5.72 g S: 1.25 g B: 0.80 BE	Wurst-Gulasch mit Paprika und Zwiebeln dazu Nudeln & ψ ω 2 3 8 15 4 i c j z f a a 1 N: 143.70 kcal F: 8.47 g GF: 3.26 g C: 11.47 g Z: 3.31 g P: 5.32 g S: 0.90 g B: 0.96 BE	Vegetarischer Kartoffel-Steckrübenstampf ∇ ∞ i c j a 8 g g 1 a 1 N: 49.79 kcal F: 1.80 g GF: 0.68 g C: 7.12 g Z: 1.90 g P: 1.02 g S: 0.42 g B: 0.59 BE	Fruchtjoghurt im Becher ∇ j 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, 13. März 2024	Geschnetzeltes vom Schwein"Szgediner Art " dazu Salzkartoffeln æ & ω 2 i c j z f a a 1 N: 95.32 kcal F: 5.16 g GF: 2.00 g C: 5.91 g Z: 1.93 g P: 5.87 g S: 0.89 g B: 0.49 BE	Kartoffel Lachs Gratin mit Gemüse und Käse überbacken j i c j a 8 g d a g 1 a 1 N: 105.20 kcal F: 5.47 g GF: 2.65 g C: 6.69 g Z: 2.07 g P: 7.13 g S: 0.89 g B: 0.56 BE	Salzkartoffeln mit Rührei und Rahmspinat ∇ j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 71.65 kcal F: 2.80 g GF: 0.97 g C: 6.96 g Z: 1.07 g P: 4.32 g S: 0.72 g B: 0.58 BE	Salat Mix mit Cocktail Dressing ∇ j 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, 14. März 2024	Nudelauflauf "Bolognese Art" mit Käse überbacken ψ j ω c j f a 8 g a g 1 a 1 N: 94.04 kcal F: 4.39 g GF: 2.01 g C: 7.29 g Z: 1.06 g P: 6.23 g S: 1.43 g B: 0.61 BE	Linsensuppe mit Speck und Mettenden & ψ ω 2 3 8 15 i j y N: 80.99 kcal F: 4.94 g GF: 1.43 g C: 5.04 g Z: 1.19 g P: 4.09 g S: 0.47 g B: 0.42 BE	Hähnchenschnitzel mit Reis und Tomatensauce ♦ 2 i c j z a 9 f a 8 g a g 1 a 1 N: 121.18 kcal F: 3.19 g GF: 0.48 g C: 16.77 g Z: 1.87 g P: 5.93 g S: 1.76 g B: 1.40 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, 15. März 2024	Backfisch mit Kartoffelstampf und Remoulade j c j g d a g 1 a 1 N: 195.44 kcal F: 12.42 g GF: 2.08 g C: 15.13 g Z:1.63 g P: 5.67 g S: 0.73 g B: 1.26 BE	Milchreis mit Fruchtkompott ∇ j g g 1 N: 100.41 kcal F: 0.95 g GF: 0.51 g C: 19.53 g Z: 9.74 g P: 2.56 g S: 0.07 g B: 1.63 BE	Kartoffelpuffer mit Apfelmus ∇ z a 8 a a 1 N: 118.58 kcal F: 2.43 g GF: 1.17 g C: 21.73 g Z: 3.99 g P: 1.66 g S: 0.79 g B: 1.81 BE	Pudding im Becher ∇ j 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



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

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	<ul style="list-style-type: none"> ▲ Geflügel ω Schweinefleisch ψ Rindfleisch ω ψ Schweine und Rindfleisch gemischt d Fisch ∇ Vegetarisch ∞ Vegan 							
	<ul style="list-style-type: none"> ♦ Halal & Muskelfleisch j Laktose æ Knoblauch 							