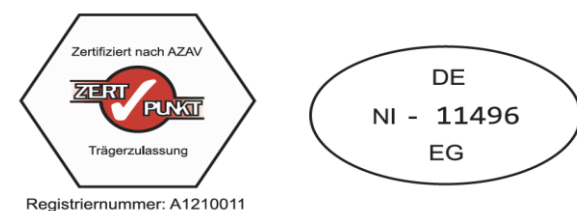


KW 21	Menü 1/ Vollkost	Menü 2 / Schulessen	Menü 3 / Empfehlungslinie Kita/Krippenessen	Beilagen zu den Menüs
Montag, 20. Mai 2024		Pfingstmontag		
Dienstag, 21. Mai 2024	<b>Königsberger Klopse mit leichter Kapernsauce, Erbsen und Möhren Gemüse dazu Salzkartoffeln</b>  æ ψ f w i c j y f a 8 g a g 1 a 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	<b>Kartoffel Lachs Gratin mit buntem Gemüse und Käse überbacken</b>  f 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	<b>Nudeln mit Käsesauce(Gerrit)</b>  ∇ f 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	<b>Obst</b>  ∇ ∞ 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
Mittwoch, 22. Mai 2024	<b>Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln und Spargelragout</b>  ♠ f j i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 97.89 kcal F: 3.63 g GF: 1.11 g C: 10.34 g Z: 2.08 g P: 5.71 g S: 1.05 g B: 0.86 BE	<b>Vollkornnudeln mit Möhren-Tomaten-Linsen Bolognese</b>  ∇ i a 6 c j y f a 8 g a g 1 a 1 N: 85.91 kcal F: 1.05 g GF: 0.35 g C: 15.54 g Z: 1.59 g P: 3.30 g S: 0.78 g B: 1.29 BE	<b>Salzkartoffeln mit Rührei und Rahmspinat</b>  ∇ f 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	<b>Fruchtjoghurt im Becher</b>  ∇ 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
Donnerstag, 23. Mai 2024	<b>Geschnetzeltes vom Schwein „Szegediner Art“ mit Kartoffeln</b>  æ & w 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	<b>Gemüseschnitzel mit Salzkartoffeln und Rahmkohlrabi</b>  ∇ f j i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 92.94 kcal F: 3.81 g GF: 0.87 g C: 11.63 g Z: 2.56 g P: 2.81 g S: 0.93 g B: 0.97 BE	<b>Nudelaufwurf "Bolognese Art" mit Käse überbacken</b>  ψ f w 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: 0.83 g B: 0.61 BE	<b>Obst</b>  ∇ ∞ 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, 24. Mai 2024	<b>Backfisch mit Kartoffelstampf und Remoulade</b>  f 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	<b>Rindergulaschsuppe mit Zwiebelwürfel, Paprikastreifen und einem Partybrötchen</b>  æ ♦ ψ a 3 i a 6 c y f a 8 g a g 1 a 1 N: 106.76 kcal F: 4.10 g GF: 1.57 g C: 8.68 g Z: 1.12 g P: 8.58 g S: 0.41 g B: 0.72 BE	<b>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</b>  ∇ 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	<b>Pudding im Becher</b>  ∇ 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

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



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