

| KW 20                | Montag   | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag  |
|----------------------|--|--|---|---|--|
| R4                   | 11.05.2020   | 12.05.2020   | 13.05.2020  | 14.05.2020  | 15.05.2020   |
| <b>Suppe</b>         | R<br>Kraftbrühe mit<br>Muschelnudeln<br>(G,a,Ei)   | V<br>Kartoffel-Paprika-Suppe<br>(M)  | V<br>Gemüsebrühe mit<br>vegetarischer Einlage<br>(Sel)  | V<br>Wirsingrahmsuppe<br>(Soj,M)  | R<br>Graupen-<br>Suppe<br>(G,c)  |
| <b>Kindermenü I</b>  | R<br>Rinderhackbraten mit<br>(G,a,Sen,11)<br>Sauce<br>und Erbsen<br>(M)<br>dazu Kartoffeln | F<br>Paniierter Fischtaler mit<br>(G,a,F,M)<br>Sauce Remoulade<br>(G,a,Ei,Sen,06)<br>dazu Kartoffeln<br>Blattsalat mit<br>Dressing<br>(SO2,01,03,05) | GE<br>Römerhackbraten mit<br>(Sen,02,03,11)<br>Sauce und<br>Karottenscheiben<br>(M)<br>dazu Rigatoni<br>(G,a)                           | GE<br>Paniertes Hähnchenschnitzel mit<br>(G,a,Ei)<br>Geflügelsauce<br>Fettucine<br>(G,a,Ei)<br>Blattsalat<br>und Dressing<br>(SO2,01,03,05) | V<br>Pizzaschnitte<br>(G,a,M,03)   |
| <b>Kindermenü II</b> | V<br>Milchreis mit<br>(M)<br>Pfersichkompott   | V<br>Gabelspaghetti<br>(G,a,Ei)<br>Gemüsebolognese<br>(M)<br>Blattsalat und<br>Dressing<br>(SO2,01,03,05)  | V<br>Karotten-Sesam-Sticks mit<br>(G,a,Ei,Sel,Ses)<br>Gemüsesauce und<br>(M,Sel)<br>Erbsen<br>(M)<br>dazu Kräuterkartoffeln<br>(Sen,04) | V<br>Gemüsespieß mit<br>Kartoffeln dazu<br>Sour Cream Dip<br>(Ei,M,Sen)<br>Blattsalat<br>Dressing<br>(Sen,06)                               | Asiatische Wokgemüse-Reispfanne<br>(Soj,02)<br>Süß-Sauer-Sauce<br>(SO2,01,02,03,05,06) |
| <b>Dessert</b>       | V<br>Quark mit Früchten<br>(M,01)  | V<br>Vanillepudding<br>(M)   | V<br>Frisches Obst  | V<br>Pfersich-Maracuja-Joghurt<br>(M)   | V<br>Frisches Obst   |

| KW 20                | Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|----------------------|---|---|--|---|--|
| R4                   | 11.05.2020  | 12.05.2020  | 13.05.2020   | 14.05.2020  | 15.05.2020   |
| <b>Suppe</b>         | Brennwert 118 kcal / 495 kJ<br>Fett 1,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,47 g<br>Kohlenhydrate 22,4 g<br>davon Zucker 1,7 g<br>Eiweiß 4,1 g<br>Salz 1,55 g    | Brennwert 24 kcal / 99 kJ<br>Fett 0,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,41 g<br>Kohlenhydrate 3,5 g<br>davon Zucker 0,5 g<br>Eiweiß 0,5 g<br>Salz 0,25 g       | Brennwert 10 kcal / 43 kJ<br>Fett 0,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,05 g<br>Kohlenhydrate 1,2 g<br>davon Zucker 0,9 g<br>Eiweiß 0,6 g<br>Salz 0,06 g        | Brennwert 29 kcal / 123 kJ<br>Fett 1,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,31 g<br>Kohlenhydrate 1,7 g<br>davon Zucker 1,2 g<br>Eiweiß 0,9 g<br>Salz 0,15 g      | Brennwert 113 kcal / 475 kJ<br>Fett 0,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,32 g<br>Kohlenhydrate 22,7 g<br>davon Zucker 1,5 g<br>Eiweiß 3,1 g<br>Salz 1,54 g     |
| <b>Kindermenü I</b>  | Brennwert 433 kcal / 1810 kJ<br>Fett 13,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 4,21 g<br>Kohlenhydrate 43,9 g<br>davon Zucker 6,0 g<br>Eiweiß 28,0 g<br>Salz 3,18 g | Brennwert 495 kcal / 2072 kJ<br>Fett 16,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,61 g<br>Kohlenhydrate 64,1 g<br>davon Zucker 7,8 g<br>Eiweiß 19,0 g<br>Salz 3,64 g | Brennwert 515 kcal / 2153 kJ<br>Fett 15,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g<br>Kohlenhydrate 67,1 g<br>davon Zucker 11,3 g<br>Eiweiß 23,9 g<br>Salz 3,17 g | Brennwert 572 kcal / 2393 kJ<br>Fett 15,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,27 g<br>Kohlenhydrate 77,7 g<br>davon Zucker 3,1 g<br>Eiweiß 27,8 g<br>Salz 3,51 g | Brennwert 472 kcal / 1973 kJ<br>Fett 10,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 5,95 g<br>Kohlenhydrate 75,9 g<br>davon Zucker 7,0 g<br>Eiweiß 17,8 g<br>Salz 2,67 g  |
| <b>Kindermenü II</b> | Brennwert 403 kcal / 1688 kJ<br>Fett 5,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,33 g<br>Kohlenhydrate 77,3 g<br>davon Zucker 37,7 g<br>Eiweiß 10,8 g<br>Salz 0,27 g | Brennwert 511 kcal / 2136 kJ<br>Fett 4,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,42 g<br>Kohlenhydrate 93,0 g<br>davon Zucker 8,8 g<br>Eiweiß 19,7 g<br>Salz 2,44 g  | Brennwert 585 kcal / 2447 kJ<br>Fett 23,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,05 g<br>Kohlenhydrate 69,9 g<br>davon Zucker 16,2 g<br>Eiweiß 18,7 g<br>Salz 2,33 g | Brennwert 252 kcal / 1055 kJ<br>Fett 3,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,89 g<br>Kohlenhydrate 43,9 g<br>davon Zucker 10,5 g<br>Eiweiß 8,5 g<br>Salz 0,58 g  | Brennwert 479 kcal / 2004 kJ<br>Fett 12,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,66 g<br>Kohlenhydrate 65,9 g<br>davon Zucker 19,9 g<br>Eiweiß 19,3 g<br>Salz 4,73 g |
| <b>Dessert</b>       | Brennwert 71 kcal / 297 kJ<br>Fett 0,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,12 g<br>Kohlenhydrate 8,0 g<br>davon Zucker 8,0 g<br>Eiweiß 8,9 g<br>Salz 0,09 g      | Brennwert 94 kcal / 392 kJ<br>Fett 1,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,20 g<br>Kohlenhydrate 15,6 g<br>davon Zucker 12,0 g<br>Eiweiß 3,8 g<br>Salz 0,22 g    | Brennwert 31 kcal / 128 kJ<br>Fett 0,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g<br>Kohlenhydrate 7,2 g<br>davon Zucker 6,6 g<br>Eiweiß 0,2 g<br>Salz 0,00 g       | Brennwert 122 kcal / 512 kJ<br>Fett 3,6 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,40 g<br>Kohlenhydrate 18,0 g<br>davon Zucker 17,4 g<br>Eiweiß 4,6 g<br>Salz 0,16 g   | Brennwert 31 kcal / 128 kJ<br>Fett 0,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,01 g<br>Kohlenhydrate 7,2 g<br>davon Zucker 6,6 g<br>Eiweiß 0,2 g<br>Salz 0,00 g       |