

KW 46	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R2	09.11.2020	10.11.2020	11.11.2020	12.11.2020	13.11.2020
<b>Suppe</b>	V Gemüsebrühe mit Wurzelgemüse (Sel)	V Currycremesuppe (M)	R Kraftbrühe mit Backerbsen (G,a,Ei,M)	V Eifeler Gemüsesuppe (M,Sel)	R Kraftbrühe mit Nudeleinlage (G,a,Ei)
<b>Kindermenü I</b>	R Ungarisches Rindergulasch und Bunte Gemüwestreifen Schupfnudeln (G,a,Ei)	R Bifteky vom Rind mit (Ei,M) Pikante Sauce dazu Polentataler Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	GE Geflügelsaiten mit (02,03) Linsen und (SO2,01,03) Spätzle (G,a,Ei)	GE Putencurry-Geschnetzeltes (M,03) dazu Reis (M) Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	R Gaisburger Marsch mit Rindfleischleinlage (G,a,Ei,Sel)
<b>Kindermenü II</b>	V Penne (G,a) Ratatouillegemüse (04)	V Käsetortellini mit (G,a,Ei,M) Tomatenragout vegi (M,04) Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	V Omelette mit (Ei,M,11) Rahmspinat (M,11) dazu Kartoffelpüree (Soj,M,11)	V Kartoffelpuffer mit (G,a,Ei) Apfelmus (03)	V Kartoffeltaschen dazu (M) buntes Gemüse in Sauce Hollandaise (Ei,M,Sen)
<b>Dessert</b>	V Apfelmus (03)	V Karamellpudding (M)	V Frisches Obst	V Schokopudding (M)	V Frisches Obst

KW 46	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R2	09.11.2020	10.11.2020	11.11.2020	12.11.2020	13.11.2020
<b>Suppe</b>	Brennwert 16 kcal / 66 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,08 g Kohlenhydrate 2,7 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,83 g	Brennwert 51 kcal / 212 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,89 g Kohlenhydrate 4,1 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,7 g Salz 1,05 g	Brennwert 102 kcal / 427 kJ Fett 6,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,93 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 1,4 g Salz 1,19 g	Brennwert 49 kcal / 205 kJ Fett 3,2 g davon gesättigte Fettsäuren 1,79 g Kohlenhydrate 4,0 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,96 g	Brennwert 70 kcal / 292 kJ Fett 0,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g Kohlenhydrate 13,3 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 2,3 g Salz 0,86 g
<b>Kindermenü I</b>	Brennwert 108 kcal / 452 kJ Fett 2,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,79 g Kohlenhydrate 15,4 g davon Zucker 3,2 g Eiweiß 6,1 g Salz 0,79 g	Brennwert 121 kcal / 506 kJ Fett 5,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,63 g Kohlenhydrate 12,3 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 5,5 g Salz 1,31 g	Brennwert 136 kcal / 568 kJ Fett 4,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,06 g Kohlenhydrate 15,4 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 7,5 g Salz 0,85 g	Brennwert 93 kcal / 390 kJ Fett 2,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,77 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 2,6 g Salz 1,79 g	Brennwert 62 kcal / 261 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,60 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 3,7 g Salz 0,50 g
<b>Kindermenü II</b>	Brennwert 115 kcal / 481 kJ Fett 1,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g Kohlenhydrate 21,6 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 4,3 g Salz 0,52 g	Brennwert 82 kcal / 345 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,80 g Kohlenhydrate 13,4 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 2,8 g Salz 0,83 g	Brennwert 85 kcal / 358 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,09 g Kohlenhydrate 7,5 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 3,9 g Salz 0,83 g	Brennwert 107 kcal / 447 kJ Fett 1,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,06 g Kohlenhydrate 20,1 g davon Zucker 6,4 g Eiweiß 1,5 g Salz 0,66 g	Brennwert 121 kcal / 505 kJ Fett 6,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,95 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 2,6 g Salz 1,03 g
<b>Dessert</b>	Brennwert 69 kcal / 289 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 15,8 g davon Zucker 14,3 g Eiweiß 0,2 g Salz 0,00 g	Brennwert 132 kcal / 552 kJ Fett 6,0 g davon gesättigte Fettsäuren 4,00 g Kohlenhydrate 17,0 g davon Zucker 13,0 g Eiweiß 2,6 g Salz 0,23 g	Brennwert 61 kcal / 255 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 13,2 g Eiweiß 0,3 g Salz 0,00 g	Brennwert 83 kcal / 347 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,90 g Kohlenhydrate 14,0 g davon Zucker 10,0 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,18 g	Brennwert 61 kcal / 255 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g Kohlenhydrate 14,4 g davon Zucker 13,2 g Eiweiß 0,3 g Salz 0,00 g
alle Nährwerte je 100g					