

| KW 47                | Montag  | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  |
|----------------------|---|--|---|--|--|
| R3                   | 16.11.2020  | 17.11.2020   | 18.11.2020  | 19.11.2020   | 20.11.2020   |
| <b>Suppe</b>         | GE<br>Hühnerbrühe<br>(03)<br>Eierstich<br>(Ei)  | V<br>Karottencremesuppe<br>(M,03)  | R<br>Kraftbrühe<br>Butterklößchen<br>(G,a,Ei,M)   | V<br>Champignoncremesuppe<br>(M,SO2,03)  | V<br>Italienische<br>Minestrone<br>(G,a,Ei,Sel)  |
| <b>Kindermenü I</b>  | GE<br>Hähnchenbrustfilet mit<br>Geflügelsauce und<br>(03)<br>Blumenkohl in feiner Creme<br>(M)<br>dazu Kartoffeln | R<br>Lasagne<br>(G,a,Soj,M,Sel)<br>Blattsalat mit<br>Dressing<br>(Ei,M)            | R<br>Cevapcici mit<br>(Ei,Soj)<br>pikanter Sauce<br>dazu Reis<br>(M)  | R<br>Burgerpattie<br>(Sen)<br>Burgerbrötchen<br>(G,a,Ses)<br>dazu Salatgurke<br>und Tomate<br>mit Senf<br>(Sen)<br>und Ketchup | R<br>Gemüse-Nudelpfanne mit Rinderhackfleisch<br>(G,a,Ei,M,Sel)<br>dazu Tomatensauce<br>(04) |
| <b>Kindermenü II</b> | V<br>Apfelstrudel mit<br>(G,a,Ei)<br>Vanillesauce<br>(M)  | V<br>Käsespätzle (ohne Zwiebeln)<br>(G,a,Ei,M)<br>Blattsalat<br>Dressing<br>(Ei,M) | V<br>Karotten-Kürbiskern-Rösti<br>(G,a,Ei,Sel)<br>Curry-Ingwersauce<br>(M)<br>dazu Kartoffelpüree<br>(Soj,M,11) | V<br>Gebratene Nudeln mit Ei<br>(G,a,Ei,M)<br>Blattsalat mit<br>Dressing<br>(Ei,M)   | V<br>Krautschupfnudeln<br>(G,a,Ei,M,11)  |
| <b>Dessert</b>       | V<br>Birnenkompott  | V<br>Buttermilchdessert Birne-Vanille<br>(M,01)                                    | V<br>Frisches Obst  | V<br>Stracciatella-Joghurt<br>(M)  | V<br>Frisches Obst   |

| KW 47                  | Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|------------------------|---|---|--|---|--|
| R3                     | 16.11.2020  | 17.11.2020  | 18.11.2020   | 19.11.2020  | 20.11.2020   |
| <b>Suppe</b>           | Brennwert 26 kcal / 109 kJ<br>Fett 1,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,39 g<br>Kohlenhydrate 2,7 g<br>davon Zucker 0,5 g<br>Eiweiß 1,5 g<br>Salz 1,35 g    | Brennwert 48 kcal / 203 kJ<br>Fett 2,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,64 g<br>Kohlenhydrate 4,4 g<br>davon Zucker 1,2 g<br>Eiweiß 0,6 g<br>Salz 1,11 g    | Brennwert 58 kcal / 242 kJ<br>Fett 4,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,65 g<br>Kohlenhydrate 4,1 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 1,1 g<br>Salz 1,09 g   | Brennwert 49 kcal / 205 kJ<br>Fett 3,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,78 g<br>Kohlenhydrate 3,7 g<br>davon Zucker 0,2 g<br>Eiweiß 1,0 g<br>Salz 1,05 g    | Brennwert 19 kcal / 81 kJ<br>Fett 0,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,11 g<br>Kohlenhydrate 3,2 g<br>davon Zucker 0,9 g<br>Eiweiß 0,9 g<br>Salz 0,95 g    |
| <b>Kindermenü I</b>    | Brennwert 62 kcal / 258 kJ<br>Fett 1,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,48 g<br>Kohlenhydrate 7,2 g<br>davon Zucker 1,1 g<br>Eiweiß 5,0 g<br>Salz 0,76 g    | Brennwert 129 kcal / 539 kJ<br>Fett 4,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,32 g<br>Kohlenhydrate 15,6 g<br>davon Zucker 3,4 g<br>Eiweiß 4,7 g<br>Salz 0,91 g  | Brennwert 155 kcal / 649 kJ<br>Fett 7,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,83 g<br>Kohlenhydrate 13,6 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 7,8 g<br>Salz 2,05 g | Brennwert 190 kcal / 794 kJ<br>Fett 9,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,38 g<br>Kohlenhydrate 18,7 g<br>davon Zucker 4,7 g<br>Eiweiß 9,7 g<br>Salz 1,16 g  | Brennwert 114 kcal / 479 kJ<br>Fett 3,4 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,96 g<br>Kohlenhydrate 13,7 g<br>davon Zucker 1,8 g<br>Eiweiß 6,7 g<br>Salz 1,14 g |
| <b>Kindermenü II</b>   | Brennwert 127 kcal / 530 kJ<br>Fett 2,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,58 g<br>Kohlenhydrate 24,4 g<br>davon Zucker 13,3 g<br>Eiweiß 2,6 g<br>Salz 0,26 g | Brennwert 192 kcal / 805 kJ<br>Fett 8,4 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,46 g<br>Kohlenhydrate 20,6 g<br>davon Zucker 1,0 g<br>Eiweiß 7,9 g<br>Salz 1,57 g  | Brennwert 100 kcal / 418 kJ<br>Fett 4,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,69 g<br>Kohlenhydrate 10,7 g<br>davon Zucker 1,7 g<br>Eiweiß 2,2 g<br>Salz 1,04 g | Brennwert 134 kcal / 562 kJ<br>Fett 4,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,30 g<br>Kohlenhydrate 17,0 g<br>davon Zucker 1,2 g<br>Eiweiß 7,3 g<br>Salz 0,39 g  | Brennwert 85 kcal / 357 kJ<br>Fett 1,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,32 g<br>Kohlenhydrate 14,4 g<br>davon Zucker 1,9 g<br>Eiweiß 2,4 g<br>Salz 1,17 g  |
| <b>Dessert</b>         | Brennwert 70 kcal / 293 kJ<br>Fett 0,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g<br>Kohlenhydrate 15,0 g<br>davon Zucker 15,0 g<br>Eiweiß 0,5 g<br>Salz 0,01 g  | Brennwert 120 kcal / 502 kJ<br>Fett 3,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,70 g<br>Kohlenhydrate 17,1 g<br>davon Zucker 16,5 g<br>Eiweiß 3,5 g<br>Salz 0,16 g | Brennwert 61 kcal / 255 kJ<br>Fett 0,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g<br>Kohlenhydrate 14,4 g<br>davon Zucker 13,2 g<br>Eiweiß 0,3 g<br>Salz 0,00 g | Brennwert 125 kcal / 523 kJ<br>Fett 5,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,30 g<br>Kohlenhydrate 16,2 g<br>davon Zucker 14,7 g<br>Eiweiß 3,6 g<br>Salz 0,10 g | Brennwert 61 kcal / 255 kJ<br>Fett 0,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,02 g<br>Kohlenhydrate 14,4 g<br>davon Zucker 13,2 g<br>Eiweiß 0,3 g<br>Salz 0,00 g |
| alle Nährwerte je 100g |   |   |  |   |  |