

KW 51	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R7	14.12.2020	15.12.2020	16.12.2020	17.12.2020	18.12.2020
<b>Suppe</b>	V Gemüsebrühe mit Backerbsen (G,a,Ei,M)	GE Geflügelcremesuppe (G,c,Ei,M,03)	S, R Fleischklößchen (Ei) mit Kraftbrühe	V Gemüse-Kartoffelsuppe (M,Sel,11)	R Kraftbrühe mit Nudeleinlage (G,a,Ei)
<b>Kindermenü I</b>	GE Putensahnegulasch mit (G,c,Ei,M,03) Karottenwürfel (M) Penne (G,a)	S Schweinesteak Tomate-Mozzarella (G,a,M) mit Ratatouillegemüse dazu Gnocchi (G,a,Ei) Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	LA Lammfrikadelle mit (G,a,Ei) brauner Sauce Kohlrabi in feiner Creme (M) Kartoffeln	R Rindfleischbolognese mit (Sel) Gabelspaghetti (G,a,Ei) mit Blattsalat und Dressing (Ei,M)	GE Geflügelbällchen mit (G,a) pikanter Sauce und Marktgemüse (M) dazu Reis (M)
<b>Kindermenü II</b>	V Quarkkeulchen (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	V Schupfnudeln mit (G,a,Ei) Apfelmus (03)	V Chili Sin Carne mit Würfelfkartoffeln (M)	V Dreierlei Gemüse mit (M) Kartoffeln dazu Sour Cream Dip (M) mit Blattsalat und Dressing (Ei,M)	V Buntes Gemüse in Sauce Hollandaise (Ei,M,Sen) dazu Röstinchen (11)
<b>Dessert</b>	V Sauerkirschkompott	V Schokopudding (M)	V Frisches Obst	V Bananenquarkcreme (M)	V Frisches Obst

KW 51	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R7	14.12.2020	15.12.2020	16.12.2020	17.12.2020	18.12.2020
<b>Suppe</b>	Brennwert 102 kcal / 425 kJ Fett 6,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,87 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,16 g	Brennwert 49 kcal / 206 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 1,87 g Kohlenhydrate 3,9 g davon Zucker 0,2 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,97 g	Brennwert 44 kcal / 185 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,27 g Kohlenhydrate 2,5 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 1,9 g Salz 1,26 g	Brennwert 51 kcal / 211 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,67 g Kohlenhydrate 4,7 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,9 g Salz 0,90 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 / 450 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,85 g Kohlenhydrate 14,0 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 5,7 g Salz 0,94 g	Brennwert 141 kcal / 590 kJ Fett 6,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,61 g Kohlenhydrate 9,0 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 12,2 g Salz 0,82 g	Brennwert 72 kcal / 302 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,30 g Kohlenhydrate 7,9 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 3,7 g Salz 0,79 g	Brennwert 117 kcal / 490 kJ Fett 2,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,86 g Kohlenhydrate 16,7 g davon Zucker 1,0 g Eiweiß 6,3 g Salz 0,59 g	Brennwert 88 kcal / 366 kJ Fett 2,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,52 g Kohlenhydrate 12,6 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 3,6 g Salz 1,51 g
<b>Kindermenü II</b>	Brennwert 127 kcal / 532 kJ Fett 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,57 g Kohlenhydrate 21,0 g davon Zucker 14,5 g Eiweiß 6,5 g Salz 0,13 g	Brennwert 152 kcal / 634 kJ Fett 1,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,38 g Kohlenhydrate 31,2 g davon Zucker 6,5 g Eiweiß 3,6 g Salz 0,84 g	Brennwert 60 kcal / 251 kJ Fett 0,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,37 g Kohlenhydrate 10,5 g davon Zucker 2,3 g Eiweiß 2,2 g Salz 0,60 g	Brennwert 81 kcal / 340 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,33 g Kohlenhydrate 10,2 g davon Zucker 2,7 g Eiweiß 2,7 g Salz 0,37 g	Brennwert 103 kcal / 430 kJ Fett 4,8 g davon gesättigte Fettsäuren 1,14 g Kohlenhydrate 12,7 g davon Zucker 2,0 g Eiweiß 2,2 g Salz 0,79 g
<b>Dessert</b>	Brennwert 39 kcal / 163 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 7,8 g davon Zucker 6,0 g Eiweiß 0,7 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	Brennwert 123 kcal / 515 kJ Fett 3,7 g davon gesättigte Fettsäuren 2,50 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 15,0 g Eiweiß 6,2 g Salz 0,08 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					