

KW 44	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R4	01.11.2021	02.11.2021	03.11.2021	04.11.2021	05.11.2021
Suppe	R Kraftbrühe mit Gemüsewürfel (Sel)	V Kartoffel-Paprika-Suppe (M,11)	V Gemüsebrühe mit Gemüwestreifen (Sel)	V Wirsingrahmsuppe (M)	R Graupen- suppe (G,c)
Kindermenü I		F Paniertes Fischtaler mit (G,a,F,M,11) Kräutersauce (M,Sen,04) dazu Kartoffeln und Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	V Pizzaschnitte (G,a,c,M,03)	GE Paniertes Hähnchenschnitzel (G,a,Ei,02,11) mit Geflügelsauce (G,c,Ei,03) und Fettucine (G,a,Ei) dazu Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	GE Putenhackbraten (G,a,Ei,Sen,03) mit Geflügelsauce und (G,c,Ei,03) Karottenscheiben (M,01) dazu Rigatoni (G,a)
Kindermenü II		V Vegetarisch gefüllte Paprika (G,a,Sel,Sen) mit Tomatensauce (M) und Kartoffelpüree (Soj,M,11) dazu Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	V Asiatische Wokgemüse-Reispfanne (Soj,02) mit süß-saurer Sauce (M,SO2,01,02,03,06)	V Gemüsespieß mit Kartoffeln dazu Sour Cream Dip (M) und Blattsalat mit Dressing (Ei,M)	V Karotten-Sesam-Sticks (G,a,Sel,Ses) mit Gemüsesauce (M,Sel) und Erbsen dazu (M,01) Kräuterkartoffeln
Dessert	V Quark mit Früchten (M,01)	V Vanillepudding (M)	V Frisches Obst	V Pfirsich-Maracuja-Joghurt (M)	V Frisches Obst

KW 44	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R4	01.11.2021	02.11.2021	03.11.2021	04.11.2021	05.11.2021
Suppe	Brennwert 15 kcal / 62 kJ Fett 0,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,15 g Kohlenhydrate 2,4 g davon Zucker 1,1 g Eiweiß 0,3 g Salz 0,87 g	Brennwert 51 kcal / 212 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,69 g Kohlenhydrate 4,7 g davon Zucker 0,5 g Eiweiß 0,8 g Salz 0,95 g	Brennwert 14 kcal / 60 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,08 g Kohlenhydrate 2,2 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 0,6 g Salz 0,84 g	Brennwert 52 kcal / 219 kJ Fett 3,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,93 g Kohlenhydrate 3,9 g davon Zucker 0,7 g Eiweiß 1,0 g Salz 0,86 g	Brennwert 67 kcal / 281 kJ Fett 0,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,18 g Kohlenhydrate 13,5 g davon Zucker 0,8 g Eiweiß 1,7 g Salz 0,86 g
Kindermenü I		Brennwert 92 kcal / 383 kJ Fett 2,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,84 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 3,9 g Salz 0,89 g	Brennwert 230 kcal / 962 kJ Fett 4,9 g davon gesättigte Fettsäuren 2,90 g Kohlenhydrate 37,0 g davon Zucker 3,4 g Eiweiß 8,7 g Salz 1,30 g	Brennwert 135 kcal / 563 kJ Fett 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,64 g Kohlenhydrate 18,5 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 6,0 g Salz 1,01 g	Brennwert 107 kcal / 449 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,67 g Kohlenhydrate 14,8 g davon Zucker 2,5 g Eiweiß 5,2 g Salz 1,00 g
Kindermenü II		Brennwert 77 kcal / 323 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,08 g Kohlenhydrate 8,4 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 3,1 g Salz 1,04 g	Brennwert 96 kcal / 402 kJ Fett 2,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,57 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 4,2 g Eiweiß 3,7 g Salz 0,76 g	Brennwert 59 kcal / 247 kJ Fett 1,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,60 g Kohlenhydrate 9,5 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 1,8 g Salz 0,13 g	Brennwert 125 kcal / 521 kJ Fett 5,4 g davon gesättigte Fettsäuren 0,98 g Kohlenhydrate 14,1 g davon Zucker 2,1 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,52 g
Dessert	Brennwert 59 kcal / 247 kJ Fett 0,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 6,7 g davon Zucker 6,7 g Eiweiß 7,4 g Salz 0,07 g	Brennwert 78 kcal / 326 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,00 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 10,0 g Eiweiß 3,2 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 102 kcal / 427 kJ Fett 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren 2,00 g Kohlenhydrate 15,0 g davon Zucker 14,5 g Eiweiß 3,8 g Salz 0,13 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					