

KW 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R7	10.01.2022	11.01.2022	12.01.2022	13.01.2022	14.01.2022
Suppe	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,Sei,11)	R Kraftbrühe mit Nudeleinlage (G,a,Ei)
Kindermenü I	GE Putensahnegulasch (G,c,Ei,M,03) mit Erbsen (M,01) und Reis (M,01)	F Fischstäbchen (G,a,F) mit Sauce Remoulade (G,a,Ei,Sen,06) dazu Kartoffeln Gurkensalat (SO2,01,03)	R Cevapcici mit (Ei,Soj) pikanter Sauce dazu Balkangemüse (M,01) und Reis (M,01)	GE Chicken Frites mit (G,a,c,11) süß-sauer-Sauce (SO2,01,02,03,06) und Reis (M,01) Gurkensalat (SO2,01,03)	LA Lammfrikadelle (G,a,Ei) mit brauner Sauce dazu Kohlrabi in feiner Creme (M) und Kartoffeln
Kindermenü II	V Soja-Spinat-Bolognese mit Käsecreme (G,c,Soj,M,01,11) dazu Penne (G,a)	V Schupfnudeln mit (G,a,Ei) Apfelmus (03)	V Buntes Gemüse in Sauce Hollandaise (Ei,M,Sen) Kartoffelrösti (11)	V Dreierlei Gemüse mit (M,01) Sour Cream Dip (M) dazu Kartoffeln	V Chili sin Carne mit Würfelpommes (M)
Dessert	V Sauerkirschkompott	V Schokopudding (M)	V Frisches Obst	V Bananenquarkcreme (M)	V Frisches Obst

KW 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R7	10.01.2022	11.01.2022	12.01.2022	13.01.2022	14.01.2022
Suppe	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 / 207 kJ Fett 3,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,88 g Kohlenhydrate 3,8 g davon Zucker 0,2 g Eiweiß 0,7 g Salz 0,94 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 50 kcal / 210 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,67 g Kohlenhydrate 4,6 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
Kindermenü I	Brennwert 120 kcal / 500 kJ Fett 4,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,97 g Kohlenhydrate 12,4 g davon Zucker 0,9 g Eiweiß 7,2 g Salz 0,59 g	Brennwert 357 kcal / 1496 kJ Fett 24,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,08 g Kohlenhydrate 25,2 g davon Zucker 13,9 g Eiweiß 7,2 g Salz 21,20 g	Brennwert 143 kcal / 598 kJ Fett 8,2 g davon gesättigte Fettsäuren 2,64 g Kohlenhydrate 10,0 g davon Zucker 1,5 g Eiweiß 6,7 g Salz 0,85 g	Brennwert 341 kcal / 1427 kJ Fett 21,8 g davon gesättigte Fettsäuren 2,10 g Kohlenhydrate 29,0 g davon Zucker 13,0 g Eiweiß 6,0 g Salz 19,90 g	Brennwert 70 kcal / 294 kJ Fett 2,6 g davon gesättigte Fettsäuren 1,24 g Kohlenhydrate 7,8 g davon Zucker 1,6 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,76 g
Kindermenü II	Brennwert 131 kcal / 548 kJ Fett 2,7 g davon gesättigte Fettsäuren 1,27 g Kohlenhydrate 18,7 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 6,5 g Salz 0,95 g	Brennwert 144 kcal / 603 kJ Fett 1,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,35 g Kohlenhydrate 29,8 g davon Zucker 7,2 g Eiweiß 3,3 g Salz 0,76 g	Brennwert 103 kcal / 430 kJ Fett 4,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,99 g Kohlenhydrate 13,0 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 2,0 g Salz 0,75 g	Brennwert 101 kcal / 424 kJ Fett 4,5 g davon gesättigte Fettsäuren 1,54 g Kohlenhydrate 10,9 g davon Zucker 2,8 g Eiweiß 3,1 g Salz 0,28 g	Brennwert 64 kcal / 269 kJ Fett 0,7 g davon gesättigte Fettsäuren 0,36 g Kohlenhydrate 11,3 g davon Zucker 2,6 g Eiweiß 2,2 g Salz 0,60 g
Dessert	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 118 kcal / 492 kJ Fett 3,1 g davon gesättigte Fettsäuren 2,10 g Kohlenhydrate 18,4 g davon Zucker 15,5 g Eiweiß 3,1 g Salz 0,20 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					