

| KW 5                 | Montag   | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|----------------------|--|---|--|---|--|
| R6                   | 30.01.2023   | 31.01.2023  | 01.02.2023   | 02.02.2023  | 03.02.2023   |
| <b>Suppe</b>         | R<br>Kraftbrühe<br>Nudeleinlage<br>(G,a,Ei)  | S, R<br>Fränkische Kartoffelsuppe<br>(M,02,03,11)   | R<br>Kraftbrühe<br>Flädle<br>(G,a,Ei,M)  | R<br>Tomatensuppe   | V<br>Gemüsebrühe<br>Nudeleinlage<br>(G,a,Ei)   |
| <b>Kindermenü I</b>  | F<br>Fischnuggets<br>(G,a,F)<br>Joghurt-Dip<br>(M)<br>Kartoffeln<br>Bohnen<br>(M,01) | R<br>Rinderhackbraten<br>(G,a,Ei,Sel,Sen,03)<br>Braune Sauce<br>Kartoffeln<br>Karottensalat<br>(03) | GE<br>Hähnchenkeule<br>(Sen)<br>Geflügelsauce<br>(G,c,Ei,03)<br>Karottenstreifen<br>(M,01)<br>Kartoffelpüree<br>(Soj,M,11) | GE<br>Geflügelspieß<br>(Soj)<br>Curry-Ingwersauce<br>(M)<br>Reis<br>(M,01)<br>Karottensalat<br>(03) | R<br>Paprikagulasch<br>Blumenkohlrischen<br>(M,01)<br>Serviettenknödel<br>(G,a,Ei)     |
| <b>Kindermenü II</b> | V<br>Nudel-Gemüsepfanne mit<br>(G,a,M,01,04)<br>Tomatensauce<br>(M)                  | V<br>Gemüselasagne<br>(G,a,M,Sel)   | V<br>Gemüse-Köttbullar<br>(Ei)<br>Kräutersauce vegi<br>(M,Sen,04)<br>Tomatenreis<br>(M)                                    | V<br>Pizzaschnitte<br>(G,a,c,M,03)  | V<br>Schwarzwälder Pilzpfanne mit Spätzle<br>(G,a,Ei,M,SO2,01,03)<br>Cremesauce<br>(M) |
| <b>Dessert</b>       | V<br>Apfelmus<br>(03)  | V<br>Waldfruchtjoghurt<br>(M)   | V<br>Frisches Obst   | V<br>Pfirsich-Maracuja-Joghurt<br>(M)   | V<br>Frisches Obst   |

| KW 5                   | Montag   | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|------------------------|--|---|--|---|--|
| R6                     | 30.01.2023   | 31.01.2023  | 01.02.2023   | 02.02.2023  | 03.02.2023   |
| <b>Suppe</b>           | Brennwert 70 kcal / 292 kJ<br>Fett 0,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g<br>Kohlenhydrate 13,3 g<br>davon Zucker 1,0 g<br>Eiweiß 2,3 g<br>Salz 0,86 g  | Brennwert 57 kcal / 237 kJ<br>Fett 3,6 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,95 g<br>Kohlenhydrate 4,6 g<br>davon Zucker 0,5 g<br>Eiweiß 1,1 g<br>Salz 0,98 g    | Brennwert 41 kcal / 173 kJ<br>Fett 1,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,40 g<br>Kohlenhydrate 4,8 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 1,2 g<br>Salz 1,00 g   | Brennwert 37 kcal / 156 kJ<br>Fett 0,6 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,27 g<br>Kohlenhydrate 6,4 g<br>davon Zucker 3,3 g<br>Eiweiß 1,2 g<br>Salz 1,31 g    | Brennwert 69 kcal / 290 kJ<br>Fett 0,6 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,20 g<br>Kohlenhydrate 13,3 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 2,4 g<br>Salz 0,84 g  |
| <b>Kindermenü I</b>    | Brennwert 111 kcal / 464 kJ<br>Fett 4,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,66 g<br>Kohlenhydrate 12,5 g<br>davon Zucker 1,4 g<br>Eiweiß 5,9 g<br>Salz 0,46 g | Brennwert 105 kcal / 439 kJ<br>Fett 5,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,45 g<br>Kohlenhydrate 9,3 g<br>davon Zucker 2,1 g<br>Eiweiß 5,3 g<br>Salz 1,14 g   | Brennwert 99 kcal / 414 kJ<br>Fett 5,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,70 g<br>Kohlenhydrate 5,6 g<br>davon Zucker 2,4 g<br>Eiweiß 6,2 g<br>Salz 2,75 g   | Brennwert 128 kcal / 537 kJ<br>Fett 5,6 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,09 g<br>Kohlenhydrate 12,7 g<br>davon Zucker 1,6 g<br>Eiweiß 6,4 g<br>Salz 0,98 g  | Brennwert 98 kcal / 409 kJ<br>Fett 3,8 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,83 g<br>Kohlenhydrate 10,0 g<br>davon Zucker 2,2 g<br>Eiweiß 5,3 g<br>Salz 0,79 g  |
| <b>Kindermenü II</b>   | Brennwert 125 kcal / 524 kJ<br>Fett 4,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,99 g<br>Kohlenhydrate 15,9 g<br>davon Zucker 2,7 g<br>Eiweiß 3,3 g<br>Salz 0,83 g | Brennwert 125 kcal / 523 kJ<br>Fett 4,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,90 g<br>Kohlenhydrate 17,0 g<br>davon Zucker 3,8 g<br>Eiweiß 3,5 g<br>Salz 0,63 g  | Brennwert 80 kcal / 336 kJ<br>Fett 2,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,97 g<br>Kohlenhydrate 11,6 g<br>davon Zucker 2,0 g<br>Eiweiß 2,0 g<br>Salz 1,18 g  | Brennwert 230 kcal / 962 kJ<br>Fett 4,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,90 g<br>Kohlenhydrate 37,0 g<br>davon Zucker 3,4 g<br>Eiweiß 8,7 g<br>Salz 1,30 g  | Brennwert 85 kcal / 357 kJ<br>Fett 4,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,59 g<br>Kohlenhydrate 7,7 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 2,7 g<br>Salz 0,99 g   |
| <b>Dessert</b>         | Brennwert 69 kcal / 289 kJ<br>Fett 0,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g<br>Kohlenhydrate 15,8 g<br>davon Zucker 14,3 g<br>Eiweiß 0,2 g<br>Salz 0,00 g | Brennwert 102 kcal / 427 kJ<br>Fett 3,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,00 g<br>Kohlenhydrate 15,0 g<br>davon Zucker 14,5 g<br>Eiweiß 3,8 g<br>Salz 0,13 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 102 kcal / 427 kJ<br>Fett 3,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 2,00 g<br>Kohlenhydrate 15,0 g<br>davon Zucker 14,5 g<br>Eiweiß 3,8 g<br>Salz 0,13 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 |  |   |  |   |  |