

| KW 11                | Montag   | Dienstag   | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag  |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| R4                   | 10.03.2025   | 11.03.2025   | 12.03.2025   | 13.03.2025   | 14.03.2025   |
| <b>Suppe</b>         | R<br>Kraftbrühe<br>Gemüsewürfel<br>(Sel)   | V<br>Kartoffel-Paprika-Suppe<br>(M)  | V<br>Gemüsebrühe<br>Gemüwestreifen<br>(Sel)                                | V<br>Wirsingrahmsuppe<br>(M)   | R<br>Kraftbrühe<br>Graupen (Einlage)<br>(G,c)  |
| <b>Kindermenü I</b>  | GE<br>Hähnchenbruststreifen in Kokos-Currysauce<br>(G,a,Soj,M,Sel,Sen)<br>Kaisergemüse<br>(M,01)<br>Kartoffeln | F<br>Paniertes Fischtaler<br>(G,a,F,M,11)<br>Kräutersauce<br>(M,Sen,04)<br>Kartoffeln<br>Gurkensalat<br>(Ei,M,Sen) | V<br>Pizzaschnitte<br>(G,a,c,M,03)   | GE<br>Paniertes Hähnchenschnitzel<br>(G,a,Ei,02,11)<br>Geflügelsauce<br>(G,c,Ei,03)<br>Bratkartoffeln<br>Gurkensalat<br>(Ei,M,Sen) | R<br>Rindfleischbolognese<br>(Sel,04)<br>Gabelspaghetti<br>(G,a,Ei)                        |
| <b>Kindermenü II</b> | V<br>Apfelküchle<br>(G,a,Ei,M)<br>Vanillesauce<br>(M)  | V<br>Vegetarisch gefüllte Paprika<br>(03)<br>Tomatensauce<br>(M)<br>Kartoffelpüree<br>(Soj,M)                      | V<br>Gemüsebällchen<br>(G,a,Soj)<br>Reis<br>(M,01)<br>Karottensauce<br>(M) | V<br>Gemüsespieß<br>Kartoffeln<br>Sour Cream Dip<br>(M)  | V<br>Karotten-Sesam-Sticks<br>(G,a,Sel,Ses)<br>Gemüsesauce<br>(M,Sel)<br>Kräuterkartoffeln |
| <b>Dessert</b>       | V<br>Quark mit Früchten<br>(M,03)  | V<br>Berliner<br>(G,a,Ei,M)  | V<br>Frisches Obst   | V<br>Pfirsich-Maracuja-Joghurt<br>(M)  | V<br>Frisches Obst   |

| KW 11                  | Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|------------------------|---|---|--|---|--|
| R4                     | 10.03.2025  | 11.03.2025  | 12.03.2025   | 13.03.2025  | 14.03.2025   |
| <b>Suppe</b>           | Brennwert 15 kcal / 62 kJ<br>Fett 0,3 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,15 g<br>Kohlenhydrate 2,4 g<br>davon Zucker 1,1 g<br>Eiweiß 0,3 g<br>Salz 0,87 g     | Brennwert 48 kcal / 201 kJ<br>Fett 2,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,67 g<br>Kohlenhydrate 4,3 g<br>davon Zucker 0,4 g<br>Eiweiß 0,8 g<br>Salz 0,93 g      | Brennwert 14 kcal / 60 kJ<br>Fett 0,2 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,08 g<br>Kohlenhydrate 2,2 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 0,6 g<br>Salz 0,84 g    | Brennwert 52 kcal / 219 kJ<br>Fett 3,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,93 g<br>Kohlenhydrate 3,9 g<br>davon Zucker 0,7 g<br>Eiweiß 1,0 g<br>Salz 0,86 g    | Brennwert 67 kcal / 281 kJ<br>Fett 0,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,18 g<br>Kohlenhydrate 13,5 g<br>davon Zucker 0,8 g<br>Eiweiß 1,7 g<br>Salz 0,86 g  |
| <b>Kindermenü I</b>    | Brennwert 79 kcal / 331 kJ<br>Fett 2,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,01 g<br>Kohlenhydrate 7,2 g<br>davon Zucker 1,9 g<br>Eiweiß 5,1 g<br>Salz 0,55 g    | Brennwert 102 kcal / 427 kJ<br>Fett 4,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,09 g<br>Kohlenhydrate 12,0 g<br>davon Zucker 1,9 g<br>Eiweiß 3,8 g<br>Salz 1,12 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 137 kcal / 575 kJ<br>Fett 7,5 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,98 g<br>Kohlenhydrate 12,8 g<br>davon Zucker 1,5 g<br>Eiweiß 4,3 g<br>Salz 1,19 g  | Brennwert 123 kcal / 517 kJ<br>Fett 2,3 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,55 g<br>Kohlenhydrate 17,6 g<br>davon Zucker 1,6 g<br>Eiweiß 7,2 g<br>Salz 0,72 g |
| <b>Kindermenü II</b>   | Brennwert 141 kcal / 589 kJ<br>Fett 5,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,62 g<br>Kohlenhydrate 19,8 g<br>davon Zucker 11,5 g<br>Eiweiß 3,2 g<br>Salz 0,16 g | Brennwert 66 kcal / 276 kJ<br>Fett 3,9 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 3,62 g<br>Kohlenhydrate 5,2 g<br>davon Zucker 2,4 g<br>Eiweiß 2,3 g<br>Salz 0,60 g      | Brennwert 133 kcal / 558 kJ<br>Fett 4,7 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,18 g<br>Kohlenhydrate 17,3 g<br>davon Zucker 0,8 g<br>Eiweiß 4,6 g<br>Salz 0,80 g | Brennwert 71 kcal / 299 kJ<br>Fett 2,3 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 1,16 g<br>Kohlenhydrate 9,9 g<br>davon Zucker 2,9 g<br>Eiweiß 2,3 g<br>Salz 0,17 g    | Brennwert 122 kcal / 509 kJ<br>Fett 5,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,96 g<br>Kohlenhydrate 15,5 g<br>davon Zucker 2,1 g<br>Eiweiß 2,3 g<br>Salz 0,62 g |
| <b>Dessert</b>         | Brennwert 54 kcal / 228 kJ<br>Fett 0,1 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g<br>Kohlenhydrate 5,6 g<br>davon Zucker 5,4 g<br>Eiweiß 7,3 g<br>Salz 0,08 g    | Brennwert 397 kcal / 1661 kJ<br>Fett 18,0 g<br>davon gesättigte Fettsäuren 6,30 g<br>Kohlenhydrate 50,7 g<br>davon Zucker 16,6 g<br>Eiweiß 6,9 g<br>Salz 0,63 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 |   |   |  |   |  |