Auf der Härte 13-15
72213 Altensteig
Telefon: 07453 - 94800

Essig Firmengruppe

Gültig vom 07.12.2026 bis 13.12.2026

KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R4	07.12.2026	08.12.2026	09.12.2026	10.12.2026	11.12.2026
Suppe	R Kraftbrühe Gemüsewürfel (Sel)	V Kartoffel-Paprika-Suppe (M)	V Gemüsebrühe Gemüsestreifen (Sel)	V Wirsingrahmsuppe (M)	R Kraftbrühe Brätspätzle (G,a,Ei)
Kindermenü I	GE Hähnchenbrustfilet Zitronensauce veg. (M,SO2,03) Kohlrabi-Apfelgemüse (M,01,03) Reis (M,01)	S Paniertes Schweineschnitzel (G,a) Braune Sauce Spätzle (G,a,Ei) Gurkensalat (G,a,Ei,M,Sel,02,03)	S Schinkensahnesauce (M,02,03,11) Makkaroni (G,a)	V Gebratene Gemüsemaultaschen mit Ei (G,a,Ei,Sel) Kartoffelsalat vegetarisch (Sen,SO2,01,03,05)	F Panierter Seelachs (G,a,F,W) Remouladen Sauce (G,a,Ei,Sen,06) Brokkoliröschen (M,01) Kartoffeln
Kindermenü II	V Apfelküchle (G,a,Ei,M) Vanillesauce (M)	V Pizzaschnitte (G,a,c,M,03)	V Rührei (Ei,M) Rahmspinat (M) Kartoffeln	V Gemüsebolognese Veg. (M) Bandnudeln (G,a,Ei)	V Pfannkuchen (G,a,Ei,M) Apfelmus (03)
Dessert	V Quark mit Früchten (M,03)	V Pistazien Creme (G,a,Erd,Soj,M,N,g,Ses,01)	V Frisches Obst	V Pfirsich-Passionsfrucht-Joghurt (M,06)	V Frischer Obstsalat (SO2,03,05)

Auf der Härte 13-15
72213 Altensteig
Telefon: 07453 - 94800

Essig Firmengruppe

Gültig vom 07.12.2026 bis 13.12.2026

KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
R4	07.12.2026	08.12.2026	09.12.2026	10.12.2026	11.12.2026
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 48 kcal / 201 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 1,67 g Kohlenhydrate 4,3 g davon Zucker 0,4 g Eiweiß 0,8 g Salz 0,93 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 34 kcal / 143 kJ Fett 1,8 g davon gesättigte Fettsäuren 0,70 g Kohlenhydrate 2,8 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,06 g
Kindermenü I	Brennwert 109 kcal / 458 kJ Fett 4,4 g davon gesättigte Fettsäuren 1,09 g Kohlenhydrate 11,4 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 5,6 g Salz 0,73 g	Brennwert 131 kcal / 550 kJ Fett 5,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,72 g Kohlenhydrate 13,5 g davon Zucker 1,9 g Eiweiß 7,2 g Salz 1,23 g	Brennwert 137 kcal / 575 kJ Fett 4,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,11 g Kohlenhydrate 19,9 g davon Zucker 0,3 g Eiweiß 4,2 g Salz 0,90 g	Brennwert 156 kcal / 652 kJ Fett 7,3 g davon gesättigte Fettsäuren 0,78 g Kohlenhydrate 13,9 g davon Zucker 1,7 g Eiweiß 7,8 g Salz 1,29 g	Brennwert 123 kcal / 515 kJ Fett 6,2 g davon gesättigte Fettsäuren 0,77 g Kohlenhydrate 11,6 g davon Zucker 1,3 g Eiweiß 4,5 g Salz 0,41 g
Kindermenü II	Brennwert 141 kcal / 589 kJ Fett 5,1 g davon gesättigte Fettsäuren 1,62 g Kohlenhydrate 19,8 g davon Zucker 11,5 g Eiweiß 3,2 g Salz 0,16 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 124 kcal / 520 kJ Fett 7,5 g davon gesättigte Fettsäuren 2,93 g Kohlenhydrate 5,1 g davon Zucker 0,6 g Eiweiß 8,6 g Salz 0,85 g	Brennwert 113 kcal / 474 kJ Fett 1,5 g davon gesättigte Fettsäuren 0,53 g Kohlenhydrate 19,2 g davon Zucker 2,4 g Eiweiß 4,5 g Salz 0,47 g	Brennwert 141 kcal / 590 kJ Fett 2,9 g davon gesättigte Fettsäuren 0,88 g Kohlenhydrate 23,4 g davon Zucker 10,8 g Eiweiß 4,3 g Salz 0,36 g
Dessert	Brennwert 54 kcal / 228 kJ Fett 0,1 g davon gesättigte Fettsäuren 0,10 g Kohlenhydrate 5,6 g davon Zucker 5,4 g Eiweiß 7,3 g Salz 0,08 g	Brennwert 137 kcal / 572 kJ Fett 4,0 g davon gesättigte Fettsäuren 1,75 g Kohlenhydrate 21,5 g davon Zucker 17,1 g Eiweiß 2,5 g Salz 0,28 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 72 kcal / 302 kJ Fett 3,3 g davon gesättigte Fettsäuren 2,19 g Kohlenhydrate 7,2 g davon Zucker 6,5 g Eiweiß 3,4 g Salz 0,13 g	Brennwert 72 kcal / 301 kJ Fett 0,0 g davon gesättigte Fettsäuren 0,00 g Kohlenhydrate 16,0 g davon Zucker 16,0 g Eiweiß 0,0 g Salz 0,00 g
alle Nährwerte je 100g					