

KW 18	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	Pasta (200 g.) a a1 N: 364.46 kcal F: 5.13 g GF: 1.39 g C: 64.34 g Z: 0.81 g P: 14.25 g S: 0.34 g B: 5.36 BE Tomatensauce (120 g.) N: 46.10 kcal F: 0.17 g GF: 0.04 g C: 8.01 g Z: 7.70 g P: 2.61 g S: 0.32 g B: 49.23 BE	1 Bulette c a a1 N: 213.04 kcal F: 14.00 g GF: 5.80 g C: 7.50 g Z: 0.30 g P: 14.00 g S: 1.60 g B: 0.63 BE Kartoffel-Püree (220g) g N: 85.26 kcal F: 2.59 g GF: 1.68 g C: 12.86 g Z: 1.43 g P: 2.15 g S: 0.02 g B: 1.07 BE Möhrengemüse (80g) N: 35.65 kcal F: 1.01 g GF: 0.16 g C: 4.84 g Z: 4.54 g P: 0.59 g S: 0.10 g B: 0.40 BE	Putengeschnetzeltes mit Paprika (140 g.) g N: 92.24 kcal F: 6.03 g GF: 2.36 g C: 3.40 g Z: 2.60 g P: 6.14 g S: 0.13 g B: 0.28 BE Jasminreis (150 g.) N: 125.63 kcal F: 0.21 g GF: 0.04 g C: 27.82 g Z: 0.11 g P: 2.63 g S: 0.00 g B: 2.32 BE		Kartoffel-Cremesuppe i g N: 54.33 kcal F: 1.73 g GF: 1.11 g C: 7.76 g Z: 2.23 g P: 1.67 g S: 0.04 g B: 70.02 BE Croutons a a1 N: 454.98 kcal F: 17.90 g GF: 9.20 g C: 60.50 g Z: 4.10 g P: 11.10 g S: 2.50 g B: 5.04 BE
					
Menü B	Pasta (200 g.) a N: 364.46 kcal F: 5.13 g GF: 1.39 g C: 64.34 g Z: 0.81 g P: 14.25 g S: 0.34 g B: 5.36 BE Zucchinihsauce (120 g.) g N: 42.69 kcal F: 2.28 g GF: 1.45 g C: 3.28 g Z: 3.06 g P: 2.18 g S: 0.05 g B: 0.27 BE	Frühlings Gemüseintopf (280 g.) i N: 27.16 kcal F: 0.16 g GF: 0.05 g C: 4.60 g Z: 1.46 g P: 1.42 g S: 0.04 g B: 0.38 BE Brötchenmix a3 k a4 a2 a a1 N: 267.97 kcal F: 2.30 g GF: 0.40 g C: 51.00 g Z: 1.80 g P: 8.90 g S: 1.20 g B: 4.25 BE	Kräuterquark (100 g.) g N: 63.45 kcal F: 0.58 g GF: 0.39 g C: 4.22 g Z: 4.18 g P: 9.77 g S: 0.10 g B: 0.35 BE Kartoffeln 240g N: 73.32 kcal F: 0.01 g GF: 0.00 g C: 15.62 g Z: 0.70 g P: 1.94 g S: 0.01 g B: 1.30 BE		
					
Dessert	Parmesan (10 g) g N: 395.99 kcal F: 30.56 g GF: 20.78 g C: 0.00 g Z: 0.00 g P: 30.68 g S: 2.14 g B: 0.00 BE	Obst (50 g) ∇ ∞ N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE	Gemüsekorb (50 g) ∇ ∞ N: 17.43 kcal F: 0.21 g GF: 0.04 g C: 2.60 g Z: 2.52 g P: 0.95 g S: 0.01 g B: 0.22 BE		Schokopudding g N: 86.46 kcal F: 1.80 g GF: 1.10 g C: 14.00 g Z: 10.00 g P: 3.40 g S: 0.10 g B: 1.17 BE
					

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- a3 Gerste (Malz)
- g Milch und Milcherzeugnisse

- a1 Weizen
- a4 Hafer
- i Sellerie

- a2 Roggen
- c Eier
- k Sesam

Eigenschaften

- ∞ Vegan
- ∇ Vegetarisch

Folgende Zutaten nutzen wir ausschließlich in Bio-Qualität:

Kartoffeln, Pasta, Reis, CousCous, Kuhmilch, Sahne, Joghurt, Quark, Apfelmus, Hühnerfrikassee, Spinat, Erbsen, Möhren, Champignons, Zucchini, Aubergine, Blumenkohl, Brokkoli, Paprika, Pudding

