

KW 22	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 Grüne Frühlings-Gemüse-Sauce g N: 53.12 kcal F: 2.20 g GF: 1.37 g C: 4.94 g Z: 2.89 g P: 3.26 g S: 0.05 g B: 0.41 BE	1 Hähnchenschnitzel a a1 N: 184.14 kcal F: 6.50 g GF: 0.80 g C: 13.00 g Z: 1.50 g P: 18.00 g S: 1.30 g B: 1.08 BE Kartoffeln (200 g.) 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 Braune Sauce i N: 15.58 kcal F: 0.18 g GF: 0.05 g C: 2.30 g Z: 2.10 g P: 0.76 g S: 0.06 g B: 58.47 BE	Kartoffel-Spargel-Cremesuppe g N: 55.26 kcal F: 2.71 g GF: 1.74 g C: 5.77 g Z: 1.81 g P: 1.78 g S: 0.03 g B: 0.48 BE Brot a2 a a1 N: 324.12 kcal F: 0.98 g GF: 0.14 g C: 69.49 g Z: 3.70 g P: 8.19 g S: 1.30 g B: 5.79 BE		1 Geflügelwiener N: 246.48 kcal F: 21.00 g GF: 7.00 g C: 3.00 g Z: 0.50 g P: 12.00 g S: 2.00 g B: 0.25 BE Ketchup ∇ ∞ N: 92.67 kcal F: 0.40 g GF: 0.10 g C: 19.00 g Z: 15.00 g P: 1.20 g S: 2.90 g B: 1.58 BE Hausgemachter Kartoffelsalat (200 g) c j g N: 148.97 kcal F: 10.11 g GF: 1.11 g C: 11.84 g Z: 1.09 g P: 2.36 g S: 0.17 g B: 0.99 BE
					
Menü B	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 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	CousCous mit Pfirsich z a a1 N: 123.65 kcal F: 0.54 g GF: 0.07 g C: 25.37 g Z: 4.60 g P: 3.80 g S: 0.01 g B: 2.11 BE Vanillesauce g N: 76.60 kcal F: 1.40 g GF: 0.92 g C: 12.57 g Z: 8.74 g P: 3.23 g S: 0.12 g B: 1.05 BE	Jasminreis (150 g.) N: 350.85 kcal F: 0.62 g GF: 0.12 g C: 77.73 g Z: 0.31 g P: 7.36 g S: 0.01 g B: 6.48 BE Ratatouille N: 32.14 kcal F: 0.24 g GF: 0.05 g C: 4.97 g Z: 4.72 g P: 2.13 g S: 0.13 g B: 29.55 BE		
					
Dessert	Parmesan (10 g) ∇ j g1 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	Gurken-Tomaten-Salat N: 92.89 kcal F: 6.41 g GF: 0.94 g C: 7.91 g Z: 7.85 g P: 0.56 g S: 0.01 g B: 0.66 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		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
- a2 Roggen
- g Milch und Milcherzeugnisse
- i Sellerie
- z Zitrusfrucht

- a1 Weizen
- c Eier
- g1 Milcheiweiß
- j Senf

Zusatzstoffe

- 2 mit Konservierungsstoffen

Eigenschaften

- j Laktose
- ∇ Vegetarisch
- ∞ Vegan

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

