

KW 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	Pasta mit Tomatensauce a a1 N: 245.07 kcal F: 3.26 g GF: 0.88 g C: 43.21 g Z: 3.39 g P: 9.89 g S: 0.33 g B: 21.81 BE 	Fischbulette mit Kartoffeln und Kräuter dip g d a a1 N: 86.54 kcal F: 1.09 g GF: 0.36 g C: 14.07 g Z: 1.39 g P: 4.72 g S: 0.34 g B: 1.17 BE 	Eierragout mit Kartoffelstampf c g N: 89.48 kcal F: 3.42 g GF: 1.54 g C: 10.05 g Z: 1.78 g P: 4.29 g S: 0.15 g B: 0.84 BE 	Hühnersuppe dazu Nudleinlage i a2 a a1 c N: 70.19 kcal F: 0.56 g GF: 0.18 g C: 9.37 g Z: 2.44 g P: 6.36 g S: 1.58 g B: 11.52 BE 	3 Gemüseaultaschen mit Käsesauce 1 i c g a a1 N: 153.66 kcal F: 5.49 g GF: 2.82 g C: 18.78 g Z: 2.58 g P: 6.27 g S: 0.95 g B: 1.57 BE 
	Menü A1 Fleischalternative	Vegetarischer Gemüsebratling mit Kartoffel und Kräuter dip c g a a1 N: 81.78 kcal F: 1.32 g GF: 0.28 g C: 13.82 g Z: 2.34 g P: 2.80 g S: 0.30 g B: 1.15 BE		Tofu Nudelsuppe i f a a1 N: 79.98 kcal F: 1.48 g GF: 0.36 g C: 10.66 g Z: 2.52 g P: 5.65 g S: 1.36 g B: 0.89 BE	
Menü B	Bunte Pasta mit Erbsen-Frischkäse-Sauce g a a1 N: 277.82 kcal F: 4.66 g GF: 1.73 g C: 45.96 g Z: 1.23 g P: 12.24 g S: 0.26 g B: 3.83 BE 	Süßer Hirsebrei mit Kirschsauce g N: 155.37 kcal F: 1.59 g GF: 0.76 g C: 30.32 g Z: 20.93 g P: 3.94 g S: 0.06 g B: 2.53 BE 	Reis -Gemüse-Pfanne mit Brokkoli und Champignons dazu Kräutersauce g N: 146.47 kcal F: 1.51 g GF: 0.83 g C: 28.28 g Z: 1.65 g P: 4.47 g S: 0.03 g B: 2.35 BE 	Ofengemüse mit Humus und Cous Cous i a a1 N: 160.50 kcal F: 1.32 g GF: 0.16 g C: 30.20 g Z: 2.71 g P: 4.80 g S: 0.04 g B: 2.52 BE 	Kartoffelragout mit Roggenbrötchen g a2 a a1 N: 66.84 kcal F: 0.86 g GF: 0.47 g C: 11.50 g Z: 2.67 g P: 2.36 g S: 0.21 g B: 0.96 BE 
	Parmesan v i 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 	Gemüsekorb nach Tagesangebot v ∞ 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 	1/2 Scheibe Pumpernickel mit Kräuter-Frischkäse a3 g a2 a N: 178.85 kcal F: 6.20 g GF: 3.86 g C: 21.41 g Z: 6.21 g P: 6.80 g S: 0.53 g B: 1.78 BE 	Obstkorb nach Tagesangebot v ∞ 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 	Apfelmus N: 69.98 kcal F: 0.10 g GF: 0.10 g C: 15.80 g Z: 14.30 g P: 0.20 g S: 0.10 g B: 1.32 BE 
Dessert					

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

c Eier

f Soja

g1 Milcheiweiß
- a1 Weizen

a3 Gerste (Malz)

d Fisch

g Milch und Milcherzeugnisse

i Sellerie

Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff

Eigenschaften

- j Laktose

∞ 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

