

KW 6	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	Bunte Pasta mit Käsesauce 1 g a a1 N: 270.69 kcal F: 6.66 g GF: 3.06 g C: 41.52 g Z: 1.78 g P: 10.62 g S: 0.36 g B: 3.46 BE 	1,5 Eier in Senfsauce dazu Kartoffeln c j g N: 86.21 kcal F: 3.43 g GF: 1.12 g C: 8.60 g Z: 1.22 g P: 4.68 g S: 0.36 g B: 0.72 BE 	2 Eierkuchen mit Apfelmus c g a a1 N: 148.17 kcal F: 3.10 g GF: 0.95 g C: 24.02 g Z: 8.89 g P: 4.70 g S: 0.43 g B: 2.00 BE 	3 Rinderhackbällchen in Tomatensauce mit Reis c a a1 j g N: 214.87 kcal F: 3.44 g GF: 0.73 g C: 38.87 g Z: 1.31 g P: 6.42 g S: 0.48 g B: 38.56 BE 	Fischbulette, Kartoffelstampf und Dip g d a a1 N: 93.28 kcal F: 2.70 g GF: 1.42 g C: 12.35 g Z: 1.82 g P: 4.68 g S: 0.33 g B: 1.03 BE 
	Menü A1 Fleischalternative			2 Gemüsebällchen in Tomatensauce dazu Reis a a1 N: 103.56 kcal F: 1.31 g GF: 0.15 g C: 17.55 g Z: 2.89 g P: 4.73 g S: 0.51 g B: 20.25 BE	Vegane Quinoa-Erbsen Frikadelle dazu Kartoffelstampf und Dip j c g a1 a1 N: 104.23 kcal F: 3.99 g GF: 1.27 g C: 13.21 g Z: 1.82 g P: 3.30 g S: 0.21 g B: 1.10 BE
Menü B	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: 21.61 BE 	Schupfnudel-Spitzkohlpfanne dazu braune Sauce j a a1 N: 98.25 kcal F: 0.51 g GF: 0.22 g C: 19.70 g Z: 5.78 g P: 2.43 g S: 2.82 g B: 19.30 BE 	Gemüsecurry dazu Bulgur a a1 N: 197.77 kcal F: 3.87 g GF: 2.86 g C: 32.74 g Z: 1.58 g P: 5.58 g S: 0.03 g B: 2.73 BE 	Thailändische Gemüse-Kokossuppe dazu Glasnudeln N: 115.64 kcal F: 7.45 g GF: 6.61 g C: 10.67 g Z: 1.64 g P: 1.56 g S: 0.06 g B: 0.89 BE 	Kartoffel-Möhren-Eintopf dazu Brötchen a3 k a4 a2 a a1 N: 68.18 kcal F: 0.46 g GF: 0.08 g C: 13.13 g Z: 1.66 g P: 2.13 g S: 0.21 g B: 1.09 BE 
	Parmesan v 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 	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 	Bohnensalat N: 138.23 kcal F: 12.70 g GF: 1.20 g C: 4.17 g Z: 2.23 g P: 1.97 g S: 0.01 g B: 0.34 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 	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 
Dessert					

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

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten

a2 Roggen

a4 Hafer

d Fisch

g1 Milcheiweiß

j Senf
- a1 Weizen

a3 Gerste (Malz)

c Eier

g Milch und Milcherzeugnisse

i Sellerie

k Sesam

Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff

Eigenschaften

- j Laktose

v 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

