

Speiseplan Mittagessen - 39 / 2020 (21.09 - 27.09.2020)

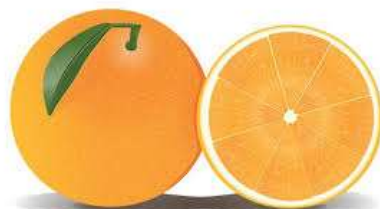
Tag	Menü 1	Menü 2	Vegetarisch
Montag 21.09.2020	Bio-Nudeln , Tomatensauce, Grüner Salat ^{13, 19, 21,22} KH:67, EW:13, FE:20, kcal:499	./.	./.
Dienstag 22.09.2020	Hähnchenragout in Zucchini-Möhrensauce, Bio-Reis ²¹ KH:68, EW:28, FE:21, kcal:579	./.	Gnocchi-Kürbis-Lauch-Auflauf ^{13, 19} KH:149, EW:43, FE:35, kcal:1086
Mittwoch 23.09.2020	Gulaschsuppe (RE Rind) Vollkornbrötchen ^{13, 21} KH:28, EW:27, FE:20, kcal:489	./.	Kartoffelsuppe (vegetarisch), Vollkornbrötchen ^{13, 19, 21} KH:64, EW:11, FE:34, kcal:612
Donnerstag 24.09.2020	Überbackener Kartoffel - Gemüseauflauf ^{15, 19} KH:27, EW:24, FE:22, kcal:396	./.	./.
Freitag 25.09.2020	Hoki Fischfilet, Joghurtremoulade, Risoleekartoffeln, Salat ^{13, 15, 16, 19, 22} KH:51, EW:26, FE:40, kcal:581	./.	Schupfnudelpfanne mit Gemüse ^{13, 19} KH:45, EW:15, FE:25, kcal:472

Zusatzstoffe: 6 - Mit Phosphat, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf

Nährwertangaben in Gramm(g): KH - Kohlenhydrate, EW - Eiweiß, FE – Fett

*** Änderungen vorbehalten ***

*** Dessert im Wechsel: Obst, Pudding, Joghurt, Quarkspeisen, Teilchen***



Grün hinterlegte Produkte sind aus biologischem Anbau DE-ÖKO-006
Blau hinterlegte Produkte sind von der Regionalmarke Eifel

