

## Speiseplan 17.12.2020

### Menü 1

**Do**  
17.12

Bio Rindfleischbällchen; in Tomaten-  
soße  
Spiralnudeln

1979,0kJ/470,0kcal, Fett 13,7g, gesättigte Fettsäuren  
3,8g, Kohlenhydrate 62,5g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe  
4,7g, Eiweiß 21,5g, Salz 3,30g  
G, G1

### Menü 2

Spiralnudeln  
Tomaten-Mozzarella-Soße

1651,0kJ/393,0kcal, Fett 10,5g, gesättigte Fettsäuren  
3,4g, Kohlenhydrate 58,9g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe  
3,7g, Eiweiß 13,7g, Salz 2,70g  
G, G1, M, Me, La

## Speiseplan 07.01 - 13.01.2021

### Menü 1

**Mo**  
11.01

Makkaroni-Gratin; mit Putenform-  
schinken <sup>3, 20</sup>  
Mini Berliner

2265,0kJ/539,0kcal, Fett 21,0g, gesättigte Fettsäuren  
11,9g, Kohlenhydrate 63,8g, Zucker 10,4g,  
Ballaststoffe 2,3g, Eiweiß 22,3g, Salz 3,63g  
G, G1, M, Me, La, S, Ei, (Sf)

**Di**  
12.01

Hähnchen-Döner Kebab; aus Hähn-  
chenkeulenfleisch  
Bio Langkornreis

3379,0kJ/804,0kcal, Fett 27,0g, gesättigte Fettsäuren  
9,4g, Kohlenhydrate 105,5g, Zucker 6,7g, Eiweiß  
37,5g, Salz 6,85g, Ballaststoffe 2,3g  
(G), Ei, (Sb), M, Me, La, S, (Sn), G, G1, (Ei), (M), (Me),  
(La), (St), (Se)

**Mi**  
13.01

Bio Tomaten-Mozzarella Suppe  
Pancakes; kleine Pfannkuchen  
Erdbeer-Fruchtsoße

2949,0kJ/701,0kcal, Fett 23,0g, gesättigte Fettsäuren  
7,3g, Kohlenhydrate 102,5g, Zucker 45,0g,  
Ballaststoffe 4,3g, Eiweiß 18,1g, Salz 3,29g  
G, G1, M, Me, La, Ei, (Sb), (St)

Penne-Nudeln in cremiger Tomaten-  
soße

2089,0kJ/499,0kcal, Fett 17,4g, gesättigte Fettsäuren  
8,7g, Kohlenhydrate 69,4g, Zucker 18,0g,  
Ballaststoffe 5,1g, Eiweiß 12,7g, Salz 3,35g  
G, G1, M, Me, La, Ei, (Sf)

Mini Berliner

Risotto "Pomodoro"

1696,0kJ/401,0kcal, Fett 3,1g, gesättigte Fettsäuren  
1,3g, Kohlenhydrate 81,4g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe  
1,6g, Eiweiß 10,6g, Salz 3,20g  
M, Me, La, G, G1, (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (Se)

Pita-Brötchen; kleines Fladenbrot aus  
Weizenmehl