

Speiseplan 27.11. - 29.11.



Menü 1

- 27.11. Kartoffel-Gemüseauflauf mit Hähnchen (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1900,0kJ/452,0kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 9,6g, Kohlenhydrate 43,6g, Zucker 4,8g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 20,4g, Salz 3,16g, Natrium 1,28g
G, G1, M, Me, La, S
- 28.11. Hochzeitssuppe
Funky monkey | Quark-Grieß-Auflauf mit Bananensoße, überbacken mit Schokokuchencrumble
- Nährwertangaben pro Portion
4018,0kJ/957,0kcal, Fett 38,6g, gesättigte Fettsäuren 13,4g, Kohlenhydrate 123,8g, Zucker 73,3g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 25,0g, Salz 2,11g, Natrium 0,87g
G, G1, Ei, M, Me, La, S
- 29.11. Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Naturreis (BIO), Fairtrade
Dessert
- Nährwertangaben pro Portion
1781,0kJ/422,0kcal, Fett 7,1g, gesättigte Fettsäuren 3,1g, Kohlenhydrate 66,2g, Zucker 4,4g, Ballaststoffe 2,9g, Eiweiß 21,5g, Salz 3,10g, Natrium 1,23g
Fi, M, Me, La, Sn

Menü 2

- Kartoffel-Gemüse-Gericht mit Käse überbacken (BIO)
Gemischter Salat
- Nährwertangaben pro Portion
1292,0kJ/308,0kcal, Fett 11,2g, gesättigte Fettsäuren 8,0g, Kohlenhydrate 34,8g, Zucker 9,6g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 13,6g, Salz 4,04g, Natrium 1,60g
G, G1, M, Me, La, S
- Hochzeitssuppe
Quark-Grießauflauf "Schwarzwälder Art" | mit Sauerkirschen und Schokokuchenstreusel
- Nährwertangaben pro Portion
3599,0kJ/858,0kcal, Fett 35,3g, gesättigte Fettsäuren 12,1g, Kohlenhydrate 109,2g, Zucker 64,2g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 22,6g, Salz 2,03g, Natrium 0,80g
G, G1, Ei, M, Me, La, S
- Gemüsecurry
Naturreis (BIO), Fairtrade
Dessert
- Nährwertangaben pro Portion
2063,0kJ/488,0kcal, Fett 12,8g, gesättigte Fettsäuren 9,5g, Kohlenhydrate 79,4g, Zucker 14,3g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 10,7g, Salz 5,17g, Natrium 2,06g
Sn