

Mittagsservice  
Menüplan Juni - KiGa, ILB, BuMi, HAB

	LUNES								MARTES								MIÉRCOLES								JUEVES								VIERNES							
	3-jun.								4-jun.								5-jun.								6-jun.								7-jun.							
Vorspeise	Gazpacho 2,14								Gurken und Maissalat 14								Lumaconi (Schnecken-Nudeln) mit Tomatensauce 2,4,9,13,15								Caprese-Salat (Tomate, Mozzarella und Basilikum) 7,14								Frühlingsrollen 2, 13, 15							
Menü	Kasseler dazu Kartoffelbrei und Sauerkraut 7, 9, 13, 15								Fleisch-Cannelloni mit Bechamelsauce 2,4,7,13,15								Panierter Seehecht dazu Salat 2, 4, 5, 14								Kichererbsen sautiert mit Kalbfleisch 15								Gegrilltes Hähnchen dazu Salat 14							
Nachspeise	Obst der Saison -								Obst der Saison -								Joghurt 7								Obst der Saison -								Obst der Saison -							
Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	
	679	47,5	6,8	37,9	14,2	22,6	1,8	7	634	29,6	9,25	68	18,9	24	2,5	8,3	572	20	7,43	63,1	13,9	35,4	1,7	5,83	588	24,8	6,8	85,2	17	36,2	1,2	16,3	560	25,8	7,3	42,6	19,5	42,7	1,8	9,6
	10-jun.								11-jun.								12-jun.								13-jun.								14-jun.							
Vorspeise	Angemachte Tomaten mit Oliven 14								Gurken - und Tomatensalat 14								Karottencreme-Suppe 14								Gazpacho 2,14								Gebratene grüne Bohnen mit Serrano-Schinkenstückchen 15							
Menü	Paella mit Gemüse und Hülsenfrüchten 15								Spaghetti Bolognese 2,4,9,13,15								Brathähnchen mit Barabacoa-Sauce und Pommes frites 7,13,15								San Jacobo: Schinken und geschmolzener Käse mit 1,2,3,4,5,7,8,9,13,14,15								Gebackener Lachs dazu Reis 5							
Nachspeise	Joghurt 7								Obst der Saison -								Obst der Saison -								Obst der Saison -								Obst der Saison -							
Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	
	595	22	4,8	85,3	13,8	12,8	1,2	4,4	680	29,6	6,9	74,4	14,9	24,7	0,7	9,6	753	49,5	10,8	35,3	25,6	31	1,9	5,6	786	55,5	12,4	44,6	16,4	26,1	3,1	5,8	769	33,3	6,2	82,8	14,6	36,7	1,6	6
	17-jun.								18-jun.								19-jun.								20-jun.								21-jun.							
Vorspeise	Gazpacho 2,14								Erbsen mit Schinken 15								Gemüse-Eintopf mit gedämpften Kartoffeln 13,15								Gemischter Salat 14								Nudelsalat 2,4,9,13,14,15							
Menü	Arroz a la cubana 4								Lendenbraten mit Kartoffelpüree 7								Bockwurst dazu Salat 2, 4, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15								Fleisch- und Kartoffel-Moussaka 2,4,7								Panierte Tintenfischringe mit Salat 2,4,7,8,14							
Nachspeise	Obst der Saison -								Obst der Saison -								Obst der Saison -								Obst der Saison -								Joghurt 7							
Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	
	744	31	5,5	98,4	13,8	16,9	1,8	6,3	693	23	6,4	69,6	12,6	51,1	1,9	17,6	576	31,3	9	48,9	19	24,7	1,9	13,2	598	44,8	12,1	20,9	15,2	27,5	1,8	6,2	598	39,1	7,2	83,9	11	34,7	1,4	10,5
	24-jun.								25-jun.								26-jun.								27-jun.								28-jun.							
Vorspeise	Vichyssoise 7								Kichererbsen mit Dressing 14,15								Gazpacho 2,14								Gemischter Salat 14															
Menü	Cous cous mit Puten-Curry 1, 2, 7, 9, 10, 13, 14, 15								Hähnchenschnitzel mit Salat und Mais 2,4,7,14								Panierter Hai mit Salat 2,4,5,14								Pasta carbonara 2,4,7,13,15															
Nachspeise	Obst der Saison -								Obst der Saison -								Obst der Saison -								Eis -															
Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	
	646	21,2	6,8	81,6	16,6	29,3	0,6	9,2	616	13,6	2,2	71,4	17,9	50,3	1,1	14,7	516	22,5	3,6	43,4	14,1	34,2	1,1	6,1	1045	50,6	20,5	118	34,5	25,1	2	3,1								
	1-jul.								2-jul.								3-jul.								4-jul.								5-jul.							
Vorspeise																																								
Menü																																								
Nachspeise																																								
Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	Kcal	Gra	AcG	HdC	Azu	Pro	Sal	Fib	

Bitte beachten Sie, dass das Brot, das als Beilage in unserem Schulessen serviert wird, Gluten enthält und Spuren von Senf und Soja enthalten kann.

Im Falle einer Nahrungsmittelunverträglichkeit konsultieren Sie bitte die verschiedenen Alternativen für Allergene und Unverträglichkeiten in den spezifischen Menüs. Unsere Küche bietet verschiedene Alternativen für jegliche Unverträglichkeiten.

Kcal: Brennwert; Gra: Gesamtfett; Acg: gesättigte Fettsäure; HdC: Kohlenhydrate; Azu: Zucker; Pro: Eiweiß; Sal: Salz; Fib: Ballaststoff

Nutritionale Bewertung von Laura Isabel Arranz, Ernährungsberaterin von Gana Nutrición.

Zuordnung der Kennziffern zu den Allergenen

TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD	TYP	COD
Sellerie	1	Eier	4	Milch	7	Schalenfrüchte	10	Soja	13
Glutenhaltiges Getreide	2	Fisch	5	Weichtiere	8	Erdnüsse	11	Sulfit	14
Krustentiere	3	Lupinen	6	Senf	9	Sesam	12	Hülsenfrüchte	15