

Mittagsservice Menüplan Februar - KiGa, ILB, BuMi, HAB

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	3-feb.	4-feb.	5-feb.	6-feb.	7-feb.
Vorspeise	Gemüsecreme-Suppe 15	Gurken und Maisalat 14	Lumaconi (Schnecken-Nudeln) mit Tomatensauce 2,4,9,13,15	Caprese-Salat (Kopfsalat, Tomate, Mozzarella und Basilikum) 7,14	Sternchen Suppe 2,4
Menü	Kasseler dazu Kartoffelbrei und Sauerkraut 7, 9, 13, 15	Fleisch-Cannelloni mit Bechamelsauce 2,4,7,13,15	Paniertes Seehecht dazu Salat 2, 4, 5, 14	Kichererbsen sautiert mit Kalbfleisch 15	Gegrilltes Hähnchen dazu Salat 14
Nachspeise	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Joghurt 7
Kcal	635	634	549	588	586
Gra	47,1	29,6	17	24,8	25,6
AcG	6,7	9,25	5,53	6,8	5,9
HdC	28,5	68	68,3	85,2	37,8
Azu	15,5	18,9	18,5	17	18,3
Pro	21,5	24	31,1	36,2	49,2
Sal	1,6	2,5	1,5	1,2	1,7
Fib	7,4	8,3	8,33	16,3	6,5
	10-feb.	11-feb.	12-feb.	13-feb.	14-feb.
Vorspeise	Schulfrei				
Menü	Schulfrei				
Nachspeise	Schulfrei				
Kcal	-				
Gra	-				
AcG	-				
HdC	-				
Azu	-				
Pro	-				
Sal	-				
Fib	-				
	17-feb.	18-feb.	19-feb.	20-feb.	21-feb.
Vorspeise	Erbsencreme-Suppe mit Speck 15	Gemischter Salat 14	Sternchen Suppe 2,4	Gedämpfte grüne Bohnen 15	Zucchini-creme Suppe -
Menü	Bratwurst dazu Kartoffeln 1,2,3,4,5,7,8,9,13,14,15	Geschmorte Linsen mit Gemüse und Kürbis 15	Lendenbraten mit Kartoffelpüree 7	San Jacopo: Schinken und geschmolzener Käse mit 1,2,3,4,5,7,8,9,13,14,15	Panierte Tintenfischchen mit Salat 2,4,7,8,14
Nachspeise	Obst der Saison -	Joghurt 7	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Obst der Saison -
Kcal	711	474	571	741	565
Gra	23,4	23,1	24,3	55,4	37,6
AcG	6,6	4,8	5,4	12,6	5,6
HdC	73,4	37,4	48,6	34,5	32,5
Azu	12,8	11,9	19,9	18,8	13,4
Pro	51,2	22,1	37,1	26,5	22,5
Sal	1,9	1,2	1,1	2,7	0,8
Fib	20,1	14,6	8,1	7,8	6
	24-feb.	25-feb.	26-feb.	27-feb.	28-feb.
Vorspeise	Gemüsecreme-Suppe 15	Gemischter Salat 14	Kürbiscreme-Suppe -	Salat mit Mais und Gurke -	Sautierter Brokkoli -
Menü	Hühnerfrikasse mit Gemüse und Reis 2,7,15	Pasta Bolognese 2,4,9,13,15	Fideua mit Gemüse der Saison 2,4,15	Kalbfleischragout dazu gebackene Kartoffelstücke -	Paniertes Fisch dazu Salat 2,3,5,7,8,9,13,14,15
Nachspeise	Joghurt 7	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Obst der Saison -	Obst der Saison -
Kcal	682	711	529	631	499
Gra	28	38	16,4	39,1	31,3
AcG	8,3	11,1	1,6	9,3	5,1
HdC	62	61,9	77,7	35,2	31,8
Azu	17,1	22,3	16,6	18,1	12,7
Pro	42,2	27,2	13,9	32,1	21,2
Sal	1,3	1,5	1,3	1,3	2,1
Fib	9	8,9	10,5	7	5,7
	3-mar.	4-mar.	5-mar.	6-mar.	7-mar.
Vorspeise	-				
Menü	-				
Nachspeise	-				
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: Gesamt fett; 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