

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Voerkost	Paprikasticks 	Tomatensalat 	Nudelsalat 	Karottensticks 	Gurkensalat 
Eten 1	Vegetarische Nudelpfanne mit buntem Gemüse 	Hähnchengeschnetzeltes in fruchtiger Currysauce Langkornreis 	Penne mit Rucola-Pesto und Kirschtomaten	Minestrone mit Bauernbaguette 	Grillgemüse mit Kartoffelecken und Joghurt-Dip 
Eten 2	Gemüse-Maultaschen in Tomatensoße 	Kartoffel-Blumenkohl-Gratin 	Spinat-Ricotta-Tortellini Gemüsesoße 	Hafer-Gemüsebratling Kräuterquark Brokkoli und Herzoginkartoffeln	Asia-Reispfanne 
Naeten	Obst 	Milchreis mit Zimt-Zucker 	Obst 	Quark mit Birnen 	Obst 

Wir wünschen guten Appetit

Informationen zu Allergenen und Zusatzstoffen finden Sie an der Ausgabe. Änderungen vorbehalten.

 = vegan  = vegetarisch  = Geflügel

 WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Voerkost	Paprikasticks 	Tomatensalat 2, 10, 29 	Nudelsalat 1, 4, 5, 20, 24, 27, 18a 	Karottensticks 4 	Gurkensalat 2, 10, 29 
	KJ 66 ges.Fs 0,0 g Bst 1,7 g Kcal 15 KH 2,4 g E 0,9 g F 0,2 g Zucker 2,1 g Salz 0,0 g	KJ 101 ges.Fs 0,1 g Bst 1,2 g Kcal 23 KH 2,6 g E 0,9 g F 1,0 g Zucker 2,5 g Salz 0,6 g	KJ 518 ges.Fs 0,3 g Bst 0,9 g Kcal 123 KH 21,7 g E 3,8 g F 2,2 g Zucker 1,8 g Salz 1,7 g	KJ 200 ges.Fs 0,7 g Bst 3,3 g Kcal 46 KH 7,5 g E 0,9 g F 1,5 g Zucker 7,0 g Salz 1,0 g	KJ 322 ges.Fs 0,5 g Bst 0,8 g Kcal 77 KH 3,3 g E 0,7 g F 6,7 g Zucker 3,3 g Salz 8,4 g
	Vegetarische Nudelpfanne mit buntem Gemüse 18a 	Hähnchengeschnetzeltes in fruchtiger Currysauce Langkornreis 2, 4, 24 	Penne mit Rucola-Pesto und Kirschtomaten 1, 9, 20, 24, 18a	Minestrone mit Bauernbaguette 26, 18a 	Grillgemüse mit Kartoffelecken und Joghurt-Dip 9, 24 
KJ 412 ges.Fs 0,2 g Bst 2,1 g Kcal 98 KH 17,1 g E 3,0 g F 2,0 g Zucker 3,1 g Salz 1,0 g	KJ 550 ges.Fs 1,2 g Bst 1,0 g Kcal 131 KH 19,4 g E 8,5 g F 2,0 g Zucker 2,6 g Salz 2,8 g	KJ 604 ges.Fs 0,6 g Bst 1,3 g Kcal 144 KH 23,4 g E 4,4 g F 3,5 g Zucker 2,5 g Salz 0,4 g	KJ 241 ges.Fs 0,1 g Bst 1,2 g Kcal 57 KH 10,8 g E 2,2 g F 0,5 g Zucker 1,3 g Salz 0,9 g	KJ 617 ges.Fs 1,4 g Bst 0,6 g Kcal 147 KH 13,9 g E 2,4 g F 8,9 g Zucker 2,0 g Salz 1,4 g	
Gemüse-Maultaschen in Tomatensoße 4, 20, 26, 18a 	Kartoffel-Blumenkohl-Gratin 4, 24, 18a 	Spinat-Ricotta-Tortellini Gemüsesoße 20, 24, 26, 18a 	Hafer-Gemüsebratling Kräuterquark Brokkoli und Herzoginkartoffeln 4, 24, 26, 18d	Asia-Reispfanne 1, 23, 18a 	
KJ 473 ges.Fs 0,4 g Bst 1,1 g Kcal 113 KH 19,3 g E 3,9 g F 2,2 g Zucker 2,8 g Salz 1,9 g	KJ 430 ges.Fs 2,3 g Bst 1,6 g Kcal 102 KH 12,3 g E 3,5 g F 4,2 g Zucker 2,5 g Salz 0,7 g	KJ 654 ges.Fs 1,3 g Bst 0,8 g Kcal 156 KH 21,1 g E 5,6 g F 5,5 g Zucker 2,6 g Salz 0,9 g	KJ 644 ges.Fs 0,9 g Bst 3,3 g Kcal 153 KH 16,1 g E 5,9 g F 6,8 g Zucker 2,1 g Salz 1,3 g	KJ 380 ges.Fs 0,1 g Bst 1,4 g Kcal 90 KH 19,1 g E 2,6 g F 0,3 g Zucker 3,8 g Salz 1,4 g	
Obst 9 	Milchreis mit Zimt-Zucker 2, 24 	Obst 9 	Quark mit Birnen 23, 24 	Obst 	
KJ 233 ges.Fs 0,0 g Bst 1,8 g Kcal 55 KH 13,2 g E 0,3 g F 0,0 g Zucker 12,1 g Salz 0,0 g	KJ 464 ges.Fs 1,3 g Bst 1,0 g Kcal 110 KH 20,5 g E 2,4 g F 2,1 g Zucker 14,6 g Salz 0,1 g	KJ 199 ges.Fs 0,0 g Bst 2,6 g Kcal 47 KH 11,5 g E 0,4 g F 0,3 g Zucker 9,5 g Salz 0,0 g	KJ 415 ges.Fs 1,8 g Bst 1,2 g Kcal 98 KH 13,1 g E 5,3 g F 2,8 g Zucker 13,0 g Salz 0,1 g	KJ 250 ges.Fs 0,0 g Bst 1,3 g Kcal 59 KH 13,4 g E 0,8 g F 0,1 g Zucker 11,6 g Salz 0,0 g	

Deklarationspflichtige Allergene

18. Gluten; 18a. Weizen und Weizenerzeugnisse (wie Dinkel & Khorasan-Weizen; 20. Ei; 23. Soja; 24. Milch; 26. Sellerie; 27. Senf; 29. Schwefeldioxid und Sulfite; 18d. Hafer;

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe

1. mit Konservierungsstoff; 2. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Farbstoff; 5. mit einer Zuckerart u. Süßungsmittel; 9. gewachst; 10. geschwefelt;

In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch Allergene verarbeitet. Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen kann ein Übergang von Spuren dieser Stoffe auf andere Lebensmittel nicht vollkommen ausgeschlossen werden.

Kürzel der Nährwerte

KJ: Energie KJ; Kcal: Energie Kcal; F: Fett; ges.Fs: davon gesättigte Fettsäuren; KH: Kohlenhydrate; Zucker: davon Zucker; Bst: Ballaststoffe; E: Eiweiß; Salz: Salz;

Nährwertkennzeichnung je 100 g oder je 100 ml zubereitetes Produkt.

Änderungen vorbehalten.

 = vegan  = vegetarisch  = Geflügel



WIR RICHTEN GUTES AN. MIT KOPF UND HERZ.