



# Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



## 19. Woche - 06.05 - 10.05.2024

### Montag

Tomaten-Hackfleisch-Bolognese (R)  
(uw,aw,bc)  
Gabelspaghetti (V) (uw,aw,ae)  
Reibekäse (V) (am)

Energie pro Portion: 2486 kJ, 591 kcal

### Dienstag

Scheineroulade "Bauern Art" (S)  
(uw,aw,ae,bc)  
Bratensoße (R,S)  
(uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)  
Grüne Bohnen (VN) (uw,aw,bc)  
Salzkartoffeln (V)  
Energie pro Portion: 1734 kJ, 415 kcal

### Mittwoch

Pichelsteiner Gemüseeintopf mit  
Weißkohl, Karotte, Bohne & Eierstich  
(V) (uw,aw,ae,am,bc)  
Vollkornbrot (V)  
Obst (V)

Energie pro Portion: 935 kJ, 224 kcal

### Donnerstag

Christi Himmelfahrt

### Freitag

Schließtag

## 20. Woche - 13.05. - 17.05.2024

### Montag

Buntes Eierragout mit Karotten,  
Spargel & Erbsen (V)  
(uw,aw,ae,am,bc,bm)  
Salzkartoffeln (V)  
Obst (V)

Energie pro Portion: 961 kJ, 229 kcal

### Dienstag

Grießbrei (V) (uw,aw,am,ay)  
Zimt-Zucker (V)  
Apfelmus (V) (3)

Energie pro Portion: 1962 kJ, 466 kcal

### Mittwoch

Jagdwurst in Tomaten-Basilikum-  
Soße (S) (2,3,7,uw,aw,bc,bm)  
Makkaroni (V) (uw,aw)  
Reibekäse (V) (am)

Energie pro Portion: 2827 kJ, 675 kcal

### Donnerstag

Kartoffelsuppe (Porree, Sellerie,  
Möhren) (VN) (uw,aw,bc)  
Wiener Würstchen (S) (3)  
Erdbeerquark (V) (am)

Energie pro Portion: 1580 kJ, 378 kcal

### Freitag

Wildlachspfanne mit Paprika,  
Zucchini & Tomaten (F) (uw,aw,af,bc)  
Gabelspaghetti (V) (uw,aw,ae)  
Karottensalat (V) (3)

Energie pro Portion: 2164 kJ, 514 kcal

## 21. Woche - 20.05 - 24.05.2024

### Montag

Pfingstmontag

### Dienstag

Hühnerfrikassee mit Möhren,  
Spargel & Erbsen (G)  
(1,3,uw,aw,af,am,bc,bm,au,ay,G)  
Langkornreis (V)  
Karotten-Apfel-Salat (V)

Energie pro Portion: 1457 kJ, 346 kcal

### Mittwoch

Gemüsecremesuppe (V)  
(uw,aw,am,bc)  
Quarkkeulchen ohne Rosinen (V)  
(uw,aw,ae,am)  
Zucker (V)  
Apfelmus (V) (3)  
Energie pro Portion: 3469 kJ, 837 kcal

### Donnerstag

Königsberger Klopse (R/S)  
Kapernsoße (V)  
(3,uw,aw,am,bc,bm,au)  
Salzkartoffeln (V)  
Rote-Bete-Salat (V) (5)

Energie pro Portion: 1132 kJ, 270 kcal

### Freitag

Paniertes Fischfilet vom Seelachs  
(F) (150g roh) (uw,aw,af)  
Soße "Spreewälder Art" mit Sellerie,  
Möhren & Lauch (V) (5,uw,aw,am,bc)  
Bulgur (VN) (uw,aw,bc)  
Obst (V) (8)  
Energie pro Portion: 4170 kJ, 997 kcal

## 22. Woche - 27.05 - 31.05.2024

### Montag

Schmorkohlpfanne mit Hackfleisch &  
Weißkohl (S) (uw,aw,gb,bc,bm,ay)  
Salzkartoffeln (V)  
Grießpudding (V)  
(uw,aw,nr,gb,go,gs,gk,ax,am)

Energie pro Portion: 1564 kJ, 373 kcal

### Dienstag

Wildlachspfanne mit Paprika,  
Zucchini & Tomaten (F) (uw,aw,af,bc)  
Couscous (V) (ua,aw,bc,bm)  
Gurkensalat mit Dill (VN) (3,au)

Energie pro Portion: 1395 kJ, 332 kcal

### Mittwoch

Möhreneintopf mit Kartoffeln &  
Petersilie (V) (uw,aw,bc)  
Vollkornbrot (V)  
Obst (V)

Energie pro Portion: 901 kJ, 215 kcal

### Donnerstag

Hefeklöße (V) (uw,aw,ae,am)  
Vanillasoße (V) (1,am,ay)  
Pfersichkompott (V)

Energie pro Portion: 2036 kJ, 481 kcal

### Freitag

Blutwurst (S) (5,uw,aw,bc)  
Sauerkraut (V) (uw,aw,bc)  
Salzkartoffeln (V)

Energie pro Portion: 1652 kJ, 395 kcal

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz. Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.

**Zusatzstoffe:** 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 15 = mit Nitritpökelsalz, 23 = mit Knoblauch

**Allergene:** aw = enth. glutenhaltiges Getreide\* (Überbegriff), uw = enth. Weizen\*, nr = enth. Roggen\*, gb = enth. Gerste\*, go = enth. Hafer\*, gs = enth. Dinkel\*, gk = enth. Kamut\*, ax = enth. Hybridstämme\*, ac = enth. Krebstiere\*, ae = enth. Eier\*, af = enth. Fische\*, ap = enth. Erdnüsse\*, ay = enth. Sojabohnen\*, am = enth. Milch\*, an = enth. Schalenfrüchte\* (Überbegriff), sa = enth. Mandeln\*, sh = enth. Haselnüsse\*, sw = enth. Walnüsse\*, sc = enth. Kaschunüsse\*, sp = enth. Pecannüsse\*, sr = enth. Paranüsse\*, st = enth. Pistazien\*, sm = enth. Macadamianüsse\*, sq = enth. Queenslandnüsse\*, bc = enth. Sellerie\*, bm = enth. Senf\*, as = enth. Sesam\*, au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite, nl = enth. Lupinen\*, um = enth. Weichtiere\* | \*und daraus gewonnene Erzeugnisse