



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



14. Woche - 31.03 - 04.04.2025

Montag

Geschmortes Putenfleisch mit
Paprika & Zwiebeln (G)
(uw,aw,gb,bc,ay)
Vollkornreis (VN)
Obst (V)

Energie pro Portion: 1213 kJ, 289 kcal

Dienstag

Tomaten-Kräuter-Ragout (V)
(uw,aw,bc)
BIO Vollkorn-Spirelli (V) (uw,aw)
Reibekäse (V) (am)

Energie pro Portion: 2166 kJ, 516 kcal

Mittwoch

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

Energie pro Portion: 1057 kJ, 252 kcal

Donnerstag

Schweineschnitzel (S) (uw,aw)
Rahmsoße (R,S)
(uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)
Möhren-Gemüse (V) (uw,aw,bc)
Salzkartoffeln (V)

Energie pro Portion: 1760 kJ, 422 kcal

Freitag

Tomatensuppe mit Reis (V)
(uw,aw,bc)
Eierpfannkuchen (V) (uw,aw,ae,am)
Zucker (V)
Apfelmus (V) (3)

Energie pro Portion: 2489 kJ, 592 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