




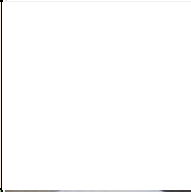




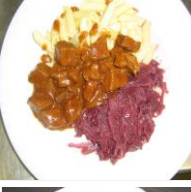








**Speiseplan für die Woche vom Montag, 19. Februar 2018 bis Freitag, 23. Februar 2018**

08. Woche	Menü 1		Menü 2		Menü 3 Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung 				
Montag, 19. Februar 2018	Puten Cordon Bleu (mit Putenschinken) mit Reis und Buttergemüse dazu Joghurt	Kcal 121. FE 6,48. Kh 8,51. BE 0,706. Ei 6,95. Na 178. GZ 3,45. Feg 1,63. G.1.1.a.b.c.i.7.9.		Weißkohlauflauf mit Rinderhack und Kartoffelscheiben dazu Joghurt	Kcal 90,9. FE 4,61. Kh 6,61. BE 0,550. Ei 5,46. Na 62,1. GZ 2,81. Feg 2,07. R.1.1.7.9.		Vegetarische Käse-Lauchsuppe mit Vollkornbrötchen dazu Joghurt	Kcal 66,0. FE 3,57. Kh 6,54. BE 0,544. Ei 1,69. Na 265. GZ 2,7. Feg 1,28. V.1.1.3.7.a.b.	
Dienstag, 20. Februar 2018	Gemüsesuppe mit Würstchen und Brötchen dazu Salat	Kcal 94,8. FE 3,4. Kh 10,6. BE 0,884. Ei 4,99. Na 585. GZ 5,2. Feg 1,52. R.S.c.d.i.1.1.1.2.1.3.3.6.7.8.8.2.8.3.9.10.11.13		frische grobe Bratwurst mit Kohlrabi in heller Soße dazu Kartoffeln dazu Salat	Kcal 95,9. FE 3,79. Kh 11,5. BE 0,957. Ei 3,54. Na 425. GZ 5,87. Feg 1,84. S.c.d.i.1.1.1.7.9.		Gemüse - Chili con Carne mit Reis dazu Salat	Kcal 135,0. FE 4,02. Kh 21,5. BE 1,79. Ei 2,88. Na 629. GZ 5,46. Feg 1,56. V.h.1.1.9.	
Mittwoch, 21. Februar 2018	Grünkohl mit Kohlwurst und Salzkartoffeln, dazu Obst	Kcal 107. FE 5,09. Kh 9,39. BE 0,78. Ei 5,510. Na 475. GZ 3,80. Feg 1,98. S.b.c.d.i.1.4.7.9.		Kohlrabi-Kartoffelauflauf dazu Obst	Kcal 70. FE 2,25. Kh 10,3. BE 0,854. Ei 1,85. Na 365. GZ 4,79. Feg 1,27. V.1.1.3.7.		gestampfte Bohnen mit kleinen Rinderhacksteaks dazu Obst	Kcal 104,0. FE 5,32. Kh 9,84. BE 0,819. Ei 3,97. Na 438. GZ 3,83. Feg 2,17. R.c.d.i.1.1.7.	
Donnerstag, 22. Februar 2018	Rindergulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln, dazu Salat	Kcal 108. FE 4,03. Kh 10,8. BE 0,702. Ei 7,07. Na 0,305. GZ 3,59. Feg 1,62. R.a.b.c.i.1.3.9.10.		gefüllte Tortelloni mit Tomatensoße dazu Salat	Kcal 155,0. FE 3,34. Kh 25,0. BE 2,08. Ei 5,6. Na 252. GZ 9,13. Feg 1,83. V.1.1.3.7.9.		Bratfisch mit Kartoffelpüree dazu Salat	Kcal 108. FE 4,69. Kh 11,1. BE 0,97. Ei 4,73. Na 0,201. GZ 1,55. Feg 1,18. F.1.1.3.4.7.	
Freitag, 23. Februar 2018	Hähnchenkeule mit gemischtem Gemüse, Bratensoße und Kartoffeln dazu Obst	Kcal 121. FE 6,48. Kh 8,51. BE 0,706. Ei 6,95. Na 178. GZ 3,45. Feg 1,63. G.1.1.7.9.		Fischfrikadelle mit Gemüse - Reis und Remoulade, dazu Obst	Kcal 129. FE 1,8. Kh 19,3. BE 0,966. Ei 8,44. Na 1570. GZ 2,66. Feg 0,662. F.1.1.3.7.9.		Spinat - Käse Taler mit Salzkartoffeln und Zwiebel - Sahnesoße dazu Obst		

V = vegetarisch	Nährwertangaben pro 100 Gramm		Zusatzstoffe		Stoffe die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können			
R = Rindfleisch	Kcal = Menge an Kilokalorien	GZ = Zucker in Gramm	a. mit Farbstoff	1. Glutenhaltiges Getreidesowie daraus hergestellte Erz.	6. Sojabohnen oder daraus gewonnene Erzeugnisse	10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse		
S = Schweinefleisch	BE = Menge an Broteinheiten	Ei = Eiweiß in Gramm	b. mit Konservierungsstoff	1.1 Weizen 1.4 Hafer	7. Milch oder daraus gewonnene Erzeugnisse incl. Laktose	11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse		
R,S = Rind und Schweinefleisch	FE = Fett in mg	Na = Salz in mg	c. mit Antioxidationsmittel	1.2 Roggen 1.5 Dinkel	8. Schalenfrüchte oder daraus gewonnene Erzeugnisse	12. Schwefeldioxid/Sulphite von mehr als 10 mg/kg		
G = Geflügel	Feg = gesättigte Fettsäuren mg		d. mit Geschmacksverstärker	1.3 Gerste 1.6 Kamut	8.1 Mandeln 8.5 Pecannüsse	13. Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse		
F = Fisch	Kh = Kohlenhydrate in Gramm	mg = Milligramm	e. geschwefelt	2. Krebstiere oder daraus hergestellte Erzeugnisse	8.2 Haselnüsse 8.6 Paranüsse	14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse		
			f. geschwärzt	3. Eier oder daraus gewonnene Erzeugnisse	8.3 Wallnüsse 8.7 Pistazien			
			g. gewachst	4. Fische oder daraus gewonnene Erzeugnisse	8.4 Kaschunüsse 8.8 Macadamia/Queenland	Empfehlung einer ausgeglichenen Ernährung nach den D-A-CH Referenzwerten 		
			h. mit Süßungsmittel	5. Erdnüsse oder daraus gewonnene Erzeugnisse	9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse			
			i. mit Phosphat			Änderungen vorbehalten		