




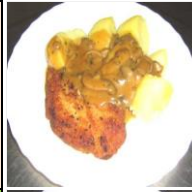



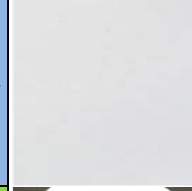


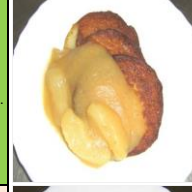






Speiseplan für die Woche vom Montag, 25. September 2017 bis Freitag, 29. September 2017

39. Woche	Menü 1		Menü 2		Menü 3				
					Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung 				
Montag, 25. September 2017	Rindergeschnetzeltes mit Nudeln dazu Obst	Kcal 112. FE 3,58. Kh 13,6. BE 1,1. Ei 6,29. Na 0,296. GZ 2,38. Feg 1,25. R.1,1.7.9.		Gemüsesuppe mit Vollkornbrötchen dazu Obst	Kcal 48,4. FE 0,321. Kh 9,26. BE 0,752. Ei 1,84. Na 0,497. GZ 3,27. Feg 0,338. V.1,1,1,1,2,1,3,6,7,8,8,2,8,3,9,11,13		Kalbsfleischfrikadelle mit Kartoffelpüree dazu Obst	Kcal 138. FE 5,49. Kh 14,1. BE 1,09. Ei 7,68. Na 0,345. GZ 3,59. Feg 2,39. R.S.a.b.c.d.e.i.3.7.9.10.	
Dienstag, 26. September 2017	Hähnchengeschnetzeltes nach Gyros Art mit Tzaziki Krautsalat und Reis	Kcal 101. FE 2,52. Kh 11,1. BE 0,924. Ei 8,19. Na 154. GZ 4,08. Feg 0,359. G.b.h.1,1,7.9.		Schnitzel mit Champignons und Kartoffeln dazu Salat	Kcal 113. FE 3,63. Kh 12,5. BE 1,04. Ei 7,15. Na 134. GZ 3,8. Feg 1,51. S.1,1,3.7.9.		Broccoli-Kartoffelauflauf dazu Salat	Kcal 98,7. FE 5,76. Kh 8,47. BE 0,565. Ei 3,11. Na 0,393. GZ 1,28. Feg 3,04. V.1,1,3.7.9.	
Mittwoch, 27. September 2017	Hühnersuppe mit Brötchen dazu Joghurt	Kcal 116. FE 4,51. Kh 11,5. BE 0,956. Ei 7,00. Na 512. GZ 5,17. Feg 1,67. G.1,1,1,2,3,6.9.		Milchreis mit heissen Kirschen dazu Joghurt	Kcal 102. FE 1,13. Kh 20,2. BE 0,291. Ei 2,22. Na 29,1. GZ 3,47. Feg 0,691. V.1,1,7.		Backfischstäbchen mit Kartoffelpüree und Balkangemüse dazu Joghurt	Kcal 94,7. FE 3,43. Kh 10,1. BE 0,836. Ei 5,55. Na 136. GZ 1,91. Feg 1,34. F.1,1,3.4.7.	
Donnerstag, 28. September 2017	Schweinegeschnetzeltes mit Röstitaler dazu Obst	Kcal 116. FE 6,24. Kh 10,8. BE 0,902. Ei 3,49. Na 351. GZ 3,35. Feg 3,09. S.1,1,7.9.10.		Nudelauf nach Bolognese Art dazu Obst	Kcal 83,5. FE 3,42. Kh 7,86. BE 0,562. Ei 5,19. Na 279. GZ 3,17. Feg 1,68. R.1,1,1,3.9.		Kartoffelpuffer mit Apfelmus dazu Obst	Kcal 146. FE 5,91. Kh 20,3. BE 1,69. Ei 2,5. Na 63. GZ 6,25. Feg 2,52. V.1,1,3.7.	
Freitag, 29. September 2017	Champignonpfanne mit Spätzle dazu Salat	Kcal. 84,3. FE 3,82. Kh 8,77. BE 0,723. Ei 3,59. Na 71. GZ 1,19. Feg 1,62. V.1,1,3.7.9.		Bratfisch mit Kartoffeln und heller Soße dazu Salat	Kcal 92,5. FE 3,99. Kh 8,97. BE 0,633. Ei 4,95. Na 287. GZ 1,31. Feg 1,44. F.1,1,3.4.7.9.		gestampfte Bohnen dazu frische große Bratwurst dazu Salat	Kcal 107. FE 5,17. Kh 9,75. BE 0,881. Ei 5,03. Na 473. GZ 3,66. Feg 2,28. S.a.b.c.d.i.1,1,3.7.10.	

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. Sesam 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. geschwärtzt	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		



DE
NI - 11496
EG

Bankverbindung:
 Sparkasse LeerWittmund
 IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57
 Swift-BIC: BRLADE21LER