



	Montag 07.10.2024	Dienstag 08.10.2024	Mittwoch 09.10.2024	Donnerstag 10.10.2024	Freitag 11.10.2024	Samstag 12.10.2024	Sonntag 13.10.2024
--	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Mittagessen

Gefüllte Tortellini ^{a a1 c g}
Bio Kräutersauce ^g

kJ: 1000,54, kcal: 240, Fett:
3,71 g, ges. FS: 1,79 g, KH:
40,78 g, Zucker: 4,10 g, Eiweiß:
10,15 g, Salz: 1,38 g

Bio Vollkorn-Nudelauflauf ^a
^{a1 c g i}

kJ: 1364,13, kcal: 324, Fett:
10,08 g, ges. FS: 4,78 g, KH:
43,77 g, Zucker: 6,28 g, Eiweiß:
12,30 g, Salz: 1,86 g

Putenschnitzel ^{a a1}
Bio Paprikasauce ⁱ
Bio Naturreis

kJ: 1481,38, kcal: 352, Fett:
8,90 g, ges. FS: 0,97 g, KH:
53,56 g, Zucker: 4,44 g, Eiweiß:
13,54 g, Salz: 1,11 g

Bio Senfeier ^{a a1 c g i j}
Bio Kartoffelpüree ^g

kJ: 1052,54, kcal: 252, Fett:
11,63 g, ges. FS: 5,16 g, KH:
24,01 g, Zucker: 3,99 g, Eiweiß:
11,59 g, Salz: 1,67 g

Kürbiscremesuppe
Bio Vollkornbaguette ^{a a1 a2}
^{a3}

kJ: 634,96, kcal: 153, Fett: 8,75
g, ges. FS: 5,44 g, KH: 16,39 g,
Zucker: 5,88 g, Eiweiß: 3,25 g,
Salz: 0,43 g

Alternatives Gericht

Mini Veg Schnitzel ^{a a1 a4 c g}

kJ: 406,50, kcal: 97, Fett: 4,00
g, ges. FS: 0,50 g, KH: 8,00 g,
Zucker: 0,40 g, Eiweiß: 6,30 g,
Salz: 0,65 g

Salat

Bio Tomaten-Salat

Eisbergsalat mit
Joghurtdressing ^{c g j}

kJ: 69,75, kcal: 17, Fett: 1,48 g,
ges. FS: 0,22 g, KH: 0,70 g,
Zucker: 0,59 g, Eiweiß: 0,15 g,
Salz: 0,05 g

Coleslaw Salat ^{2 3 c g}

kJ: 157,07, kcal: 38, Fett: 3,10
g, ges. FS: 0,26 g, KH: 2,04 g,
Zucker: 1,78 g, Eiweiß: 0,24 g,
Salz: 0,21 g

Gurkensalat mit Schmand
^{c g j}

kJ: 79,16, kcal: 19, Fett: 1,54 g,
ges. FS: 0,23 g, KH: 1,03 g,
Zucker: 0,90 g, Eiweiß: 0,22 g,
Salz: 0,05 g

Obstauswahl z.T. Bio

Nachspeise

Obstauswahl z.T. Bio

Obstauswahl z.T. Bio

Obstauswahl z.T. Bio

Obstauswahl z.T. Bio

Bio Fruchtojoghurt ^g

kJ: 209,12, kcal: 50, Fett: 2,33
g, ges. FS: 1,53 g, KH: 4,26 g,
Zucker: 4,26 g, Eiweiß: 3,00 g,
Salz: 0,09 g

Enthaltene Allergene und Zusatzstoffe:

2=konserviert, 3=mit Antioxidationsmittel, a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, c=Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, g=Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse