



	Montag 18.11.2024	Dienstag 19.11.2024	Mittwoch 20.11.2024	Donnerstag 21.11.2024	Freitag 22.11.2024	Samstag 23.11.2024	Sonntag 24.11.2024
--	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

### Mittagessen

Kürbisgnocchi  
Bio Käsesauce <sup>g</sup>

kJ: 313,36, kcal: 75, Fett: 5,18 g, ges. FS: 3,20 g, KH: 4,33 g, Zucker: 3,22 g, Eiweiß: 2,82 g, Salz: 0,60 g

Kartoffelauflauf Mexico mit Süßkartoffel, Mais und Bohnen <sup>g i</sup>

kJ: 873,99, kcal: 209, Fett: 8,27 g, ges. FS: 5,23 g, KH: 24,50 g, Zucker: 6,21 g, Eiweiß: 7,81 g, Salz: 0,75 g

Vegetarisches Geschnetzeltes <sup>g</sup>  
Spätzle <sup>a a1 c</sup>  
Apfelrotkohl <sup>3 g</sup>

kJ: 1448,45, kcal: 343, Fett: 7,47 g, ges. FS: 3,34 g, KH: 43,88 g, Zucker: 11,11 g, Eiweiß: 20,64 g, Salz: 3,15 g

MSC Seelachs in Kräutermarinade <sup>d</sup>  
Bio Naturreis  
Bio Gemüsewürfel in Rahm <sup>g i</sup>

kJ: 999,42, kcal: 236, Fett: 2,62 g, ges. FS: 1,31 g, KH: 40,25 g, Zucker: 2,10 g, Eiweiß: 11,92 g, Salz: 0,10 g

Bio Tomatensuppe  
Vollkorntoast <sup>a a1</sup>

kJ: 400,66, kcal: 95, Fett: 1,01 g, ges. FS: 0,10 g, KH: 16,28 g, Zucker: 6,54 g, Eiweiß: 3,33 g, Salz: 0,68 g

### Salat

Bio-Blattsalat

Coleslaw Salat <sup>2 3 c g</sup>

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

Bio Tomatensalat

Bio Gurkensalat mit Essig/Öl Dressing

kJ: 12,21, kcal: 3, Fett: 0,05 g, ges. FS: 0,02 g, KH: 0,43 g, Zucker: 0,42 g, Eiweiß: 0,14 g, Salz: 0,00 g

Obstauswahl in Bioqualität

### Nachspeise

Obstauswahl in Bioqualität

Obstauswahl in Bioqualität

Obstauswahl in Bioqualität

Obstauswahl in Bioqualität

Bio Milchreis <sup>g</sup>

kJ: 309,35, kcal: 73, Fett: 0,87 g, ges. FS: 0,53 g, KH: 14,00 g, Zucker: 6,27 g, Eiweiß: 2,40 g, Salz: 0,12 g

### Enthaltene Allergene und Zusatzstoffe:

2=konserviert, 3=mit Antioxidationsmittel, a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1=Weizen, c=Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, g=Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse