

Menüplan

VS Haselstaudern Gr.2 Kinder



Essen wie zu Hause

Montag, 7.12.2020

Kindermenü - Mittag

Vorarlberger Kalbsbratwürste mit Natursauce, Kartoffelstampf und Gemüse L / G / O

Ernährungsdaten	100g	Portion (570,00g)
Energie	108,00	615,6
Kohlenhydrate	4,70	26,8
Eiweiß	4,70	26,8
Fett	7,80	44,5
Zucker	0,62	3,5
Salz	1,18	6,7
Gesättigte Fettsäuren	2,91	16,6



ohne
Schweinefleisch

Mittwoch, 9.12.2020

Kindermenü - Mittag

Käshörnle mit Röstzwiebeln und Salat C / G / A

Ernährungsdaten	100g	Portion (455,00g)
Energie	84,00	382,2
Kohlenhydrate	2,50	11,4
Eiweiß	5,60	25,5
Fett	5,60	25,5
Zucker	0,65	3,0
Salz	0,75	3,4
Gesättigte Fettsäuren	3,25	14,8



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Donnerstag, 10.12.2020

Kindermenü - Mittag

Hünerschnitzel "Wiener Art" mit Petersilkkartoffeln und Salat A / C / G

Ernährungsdaten	100g	Portion (475,00g)
Energie	109,00	517,8
Kohlenhydrate	15,60	74,1
Eiweiß	7,70	36,6
Fett	1,60	7,6
Zucker	3,00	14,3
Salz	1,19	5,7
Gesättigte Fettsäuren	0,69	3,3

Menüplan

VS Haselstaudern Gr.2 Kinder



Essen wie zu Hause

Freitag, 11.12.2020

Kindermenü - Mittag

Vegetarisches Kartoffelgulasch mit Gebäck und Salat G / L / O / A

Erährungsdaten	100g	Portion (620,00g)
Energie	69,00	427,8
Kohlenhydrate	12,20	75,6
Eiweiß	2,10	13,0
Fett	1,10	6,8
Zucker	1,68	10,4
Salz	0,54	3,3
Gesättigte Fettsäuren	0,48	3,0



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch