

Montag, 17.1.2022

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Klare Gemüsesuppe mit Fadennudeln L / A / C

Ernährungsdaten	100g	Portion (270,00g)
Energie	76,00	205,2
Kohlenhydrate	12,90	34,8
Eiweiß	2,60	7,0
Fett	1,40	3,8
Zucker	3,05	8,2
Salz	0,70	1,9
Gesättigte Fettsäuren	0,54	1,5



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Hühnerfilet Natur mit Pestosauce, Spätzle und Salat L / O / A / C / G / H

Ernährungsdaten	100g	Portion (420,00g)
Energie	118,00	495,6
Kohlenhydrate	7,40	31,1
Eiweiß	13,40	56,3
Fett	3,80	16,0
Zucker	0,87	3,7
Salz	0,98	4,1
Gesättigte Fettsäuren	1,33	5,6



ohne
Schweinefleisch

Dienstag, 18.1.2022

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Beerencreme G

Ernährungsdaten	100g	Portion (160,00g)
Energie	215,00	344,0
Kohlenhydrate	8,50	13,6
Eiweiß	2,20	3,5
Fett	19,30	30,9
Zucker	8,49	13,6
Salz	0,07	0,1
Gesättigte Fettsäuren	11,71	18,7



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Nudelpfanne mit Blattspinat und Tomatenwürfel, dazu Salat A / C / G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (511,00g)
Energie	98,00	500,8
Kohlenhydrate	12,10	61,8
Eiweiß	3,30	16,9
Fett	3,90	19,9
Zucker	1,66	8,5
Salz	1,48	7,6
Gesättigte Fettsäuren	1,76	9,0



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Mittwoch, 19.1.2022

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Klare Rindsuppe mit Profiteroles A / C / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (210,00g)
Energie	0,00	0,0
Kohlenhydrate	0,00	0,0
Eiweiß	0,00	0,0
Fett	0,00	0,0
Zucker	0,00	0,0
Salz	0,40	0,8
Gesättigte Fettsäuren	0,00	0,0

Kindermenü - Mittag

Kaspressknödel mit Salat A / C / G

Ernährungsdaten	100g	Portion (380,00g)
Energie	157,00	596,6
Kohlenhydrate	17,80	67,6
Eiweiß	8,80	33,4
Fett	5,50	20,9
Zucker	1,75	6,7
Salz	1,38	5,2
Gesättigte Fettsäuren	2,95	11,2



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Donnerstag, 20.1.2022

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Hühnersuppe mit Sternchen G / C / L / A

Ernährungsdaten	100g	Portion (270,00g)
Energie	28,00	75,6
Kohlenhydrate	3,20	8,6
Eiweiß	0,80	2,2
Fett	1,30	3,5
Zucker	0,04	0,1
Salz	1,10	3,0
Gesättigte Fettsäuren	0,23	0,6



Low Carb



ohne
Schweinefleisch

Kindermenü - Mittag

Indisches Butterhähnchen (Murgh Makhani) mit Couscous und Salat A / G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (540,00g)
Energie	97,00	523,8
Kohlenhydrate	7,30	39,4
Eiweiß	3,30	17,8
Fett	6,00	32,4
Zucker	3,68	19,9
Salz	1,66	9,0
Gesättigte Fettsäuren	2,40	13,0



ohne
Schweinefleisch

Freitag, 21.1.2022

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Zucchini-Linsen-Suppe O / G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (200,00g)
Energie	48,00	96,0
Kohlenhydrate	3,90	7,8
Eiweiß	1,60	3,2
Fett	2,80	5,6
Zucker	1,78	3,6
Salz	0,72	1,4
Gesättigte Fettsäuren	1,66	3,3



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Saisonal



Superfood



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Hausgemachter Scheiterhaufen mit Vanillesauce A / C / G

Ernährungsdaten	100g	Portion (530,00g)
Energie	107,00	567,1
Kohlenhydrate	16,00	84,8
Eiweiß	3,50	18,6
Fett	3,00	15,9
Zucker	9,32	49,4
Salz	0,25	1,3
Gesättigte Fettsäuren	1,35	7,2



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch