

Montag, 18.10.2021

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Klare Gemüsesuppe mit Grießnockerl L / A / C / G

Ernährungsdaten	100g	Portion (260,00g)
Energie	91,00	236,6
Kohlenhydrate	7,70	20,0
Eiweiß	2,20	5,7
Fett	5,70	14,8
Zucker	3,53	9,2
Salz	0,41	1,1
Gesättigte Fettsäuren	4,19	10,9



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Treccine mit Lachs, Parmesan und Salat A / C / G / D / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (420,00g)
Energie	230,00	966,0
Kohlenhydrate	26,60	111,7
Eiweiß	8,50	35,7
Fett	9,90	41,6
Zucker	1,75	7,4
Salz	1,92	8,1
Gesättigte Fettsäuren	4,55	19,1



ohne
Schweinefleisch

Dienstag, 19.10.2021

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Apfeljoghurt mit Zimt G

Ernährungsdaten	100g	Portion (180,00g)
Energie	84,00	151,2
Kohlenhydrate	9,30	16,7
Eiweiß	3,10	5,6
Fett	3,50	6,3
Zucker	9,16	16,5
Salz	0,12	0,2
Gesättigte Fettsäuren	2,11	3,8

Kindermenü - Mittag

Gebackenes Hühnerschnitzel "Wiener Art" mit Reis, Ketchup und Salat A / C

Ernährungsdaten	100g	Portion (445,00g)
Energie	125,00	556,3
Kohlenhydrate	21,20	94,3
Eiweiß	7,80	34,7
Fett	0,80	3,6
Zucker	2,76	12,3
Salz	1,62	7,2
Gesättigte Fettsäuren	0,21	0,9



ohne
Schweinefleisch

Mittwoch, 20.10.2021

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Rindssuppe mit Sternchen L / G / A / C

Ernährungsdaten	100g	Portion (270,00g)
Energie	20,00	54,0
Kohlenhydrate	2,30	6,2
Eiweiß	0,60	1,6
Fett	1,00	2,7
Zucker	0,03	0,1
Salz	0,81	2,2
Gesättigte Fettsäuren	0,17	0,5



ohne
Schweinefleisch

Kindermenü - Mittag

Gemüsestrudel mit Kartoffeln, Sauerrahmdip und Salat A / C / G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (470,00g)
Energie	68,00	319,6
Kohlenhydrate	8,60	40,4
Eiweiß	2,30	10,8
Fett	2,50	11,8
Zucker	2,31	10,9
Salz	0,41	1,9
Gesättigte Fettsäuren	1,31	6,2



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Donnerstag, 21.10.2021

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Gemüsecremesuppe G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (200,00g)
Energie	29,00	58,0
Kohlenhydrate	2,60	5,2
Eiweiß	0,80	1,6
Fett	1,70	3,4
Zucker	1,38	2,8
Salz	0,16	0,3
Gesättigte Fettsäuren	0,94	1,9



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Ofenkartoffel mit Letscho G / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (410,00g)
Energie	52,00	213,2
Kohlenhydrate	8,50	34,9
Eiweiß	1,50	6,2
Fett	1,20	4,9
Zucker	1,34	5,5
Salz	0,36	1,5
Gesättigte Fettsäuren	0,59	2,4



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Freitag, 22.10.2021

Kindervorspeise/Dessert - Mittag

Eierflockensuppe C / L

Ernährungsdaten	100g	Portion (200,00g)
Energie	100,00	200,0
Kohlenhydrate	1,80	3,6
Eiweiß	10,80	21,6
Fett	5,40	10,8
Zucker	1,26	2,5
Salz	0,71	1,4
Gesättigte Fettsäuren	1,94	3,9



Low Carb



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch

Kindermenü - Mittag

Vegetarisches Bami Goreng und Salat A / C / F / O / G / N

Ernährungsdaten	100g	Portion (480,00g)
Energie	66,00	316,8
Kohlenhydrate	7,20	34,6
Eiweiß	2,60	12,5
Fett	3,00	14,4
Zucker	1,84	8,8
Salz	0,40	1,9
Gesättigte Fettsäuren	0,64	3,1



ohne
Schweinefleisch



Vegetarisch