

Speiseplan KW50

Menü

Mo. Salzkartoffeln

**07.12.2020 Zwiebel-Sahne-Hähnchen; überbacken mit Emmentaler-Käse
Salat / Rohkost ***

1454kJ / 346kcal, Fett: 11,0g, gesättigte Fettsäuren: 5,2g, Kohlenhydrate: 37,6g, Zucker: 4,1g,
Ballaststoffe: 4,0g, Eiweiß: 20,9g, Salz: 3,15g,



Di. Kartoffel-Törtchen

**08.12.2020 Geflügelfrikadelle
Salat / Rohkost ***

957kJ / 229kcal, Fett: 9,9g, gesättigte Fettsäuren: 4,6g, Kohlenhydrate: 28,4g, Zucker: 2,9g, Ballaststoffe:
2,0g, Eiweiß: 5,1g, Salz: 2,09g,



Mi. Spiralnudeln

**09.12.2020 Vegetarische Bolognese
Salat / Rohkost ***

2044kJ / 483kcal, Fett: 6,3g, gesättigte Fettsäuren: 0,8g, Kohlenhydrate: 81,6g, Zucker: 7,8g, Ballaststoffe:
6,0g, Eiweiß: 21,9g, Salz: 2,13g,

Do. Pommes frites

10.12.2020 Chicken-Nuggets; (aus Hähnchenbrust-Formfleisch)

2212kJ / 528kcal, Fett: 19,4g, gesättigte Fettsäuren: 3,2g, Kohlenhydrate: 63,5g, Zucker: 1,1g,
Ballaststoffe: 7,8g, Eiweiß: 20,8g, Salz: 1,76g,



Fr. Bio Tomatensuppe; mit Reis

11.12.2020 Brötchen

1127kJ / 264kcal, Fett: 2,0g, Kohlenhydrate: 51,6g, Zucker: 12,8g, Ballaststoffe: 4,5g, Eiweiß: 7,7g, Salz:
3,40g,



Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit
Sternchen (*) enthalten keine Angaben.