


## Speiseplan 3 Mittag (Kita Morgenstern)

gültig ab: 29.05.2023

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	<b>Gericht A</b>	<b>Nachtisch</b>
<b>Mo</b>	Spaghetti (GW) Möhren-Sahne-Soße (GW,GG,M,LA) Reibekäse (M,LA) Salat (M,LA,SE,SL,EI) 	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	370 kcal 15gF 46gKH 12gEW 2, 12	siehe Becher
<b>Di</b>	Fischstäbchen (GW,F) leichte Senfsoße (GW,M,LA,SE) Rote Bete gedünstet Salzkartoffeln (SD)	Pfirsichkompott
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	462 kcal 11gF 70gKH 17gEW 4, 12, 13	95kcal 0gF 22gKH 0gEW
<b>Mi</b>	Hähnchensteak buntes Möhregemüse zum Überfüllen (GW,M,LA) Salzkartoffeln (SD)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	339kcal 11,22gF 33gKH 28gEW 2, 13	siehe Becher
<b>Do</b>	Makkaroni (GW) Tomatensoße mit Geflügelwurst (GW) Salat (M,LA,SE,SL,Ei)	Obst
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	501 kcal 25gF 52gKH 14gEW 1,2,16 GW	
<b>Fr</b>	Schmorgurken mit Rinderhackfleisch (GW) Salzkartoffeln (SD)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	280 kcal 13gF 28gKH 11gEW 13	siehe Becher

mit: (1) Konservierungsstoffen; (2) Antioxidationsmittel; (3) Geschmacksverstärker;  
(4) Süßungsmittel; (5) Süßungsmitteln; (6) einer Zuckerart und Süßungsmittel;  
(7) einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (8) Zuckerarten und Süßungsmittel;  
(10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) Phosphat;  
(19) Milcheiweiß; (23) Pflanzeneiweiß; (24) Stärke (bei tierischen LM)

mit: (G) Glutenhaltiges Getreide\*; (LA) Lactose; (M) Milch; (Ei) Eier, (F) Fisch; (SL) Sellerie;  
(SE) Senf; (SF) Schalenfrüchte; (SO) Soja; (K) Krebstiere; (LU) Lupine; (E) Erdnuss;  
(SS) Sesamsamen; (SD) Schwefeldioxid und Sulfide

\*GW - Weizen, GR - Roggen, GG - Gerste, GH - Hafer, GD - Dinkel, GK - Kamut