

## Speiseplan 3 Mittag (Kita Morgenstern)

gültig ab: 21. Oktober 2024

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	Gericht A	Nachtisch
<b>Mo</b>	Nudelsuppe mit Hühnerfleisch und Gemüse (GW, SL, Ei)	Froop Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	312 kcal 3gF 47gKH 23gEW 2	
<b>Di</b>	Kartoffeln "Art Pellkartoffeln" Kräuterquark (M, LA) Gurkensalat 	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	417 kcal 7gF 55gKH 29gEW -	
<b>Mi</b>	Fischstäbchen (GW, F) auf Gemüse (M, LA) Kartoffelpüree (M, LA)	Apfelmus
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	368 kcal 11gF 31gKH 19gEW 12	91 kcal 0gF 21gKH 0gEW
<b>Do</b>	Rindfleischstreifen in leichter Meerrettichsoße (GW, M, LA, SD) Brokkoli (M, LA) Salzkartoffeln	Zitronenquarkspeise
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	325 kcal 15gF 28gKH 18gEW 2,13	124 kcal 2gF 14gKH 12gEW 2 M, LA
<b>Fr</b>	Spaghetti (GW) Soße "Carbonara" (Schwein)(M, LA) Salatmix(M, L, Ei, SL, SE)	Vorsuppe - Gemüsesuppe
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	326 kcal 13gF 40gKH 11gEW 1,2	48kcal 3gF 4gKH 2gEW 13

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) Pflanzeiweiß; (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