



Speiseplan 5 Mittag (Kita Morgenstern)

gültig ab: 25.05.2026

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	Gericht A	Nachtisch
Mo	Fischpastapfanne mit Mandeln (F,GW)	Erdbeerquark
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	400 kcal 	99kcal 0gF 14gKH 8gEW M,LA
Di	Spinat (GW,M,LA) Rührei (M,LA,Ei) Salzkartoffeln (SD) 	Obst
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	13 GW, M, LA, EI, SD	
Mi	Hähnchen süß/sauer (GW,SO) Vollkornreis	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	370 kcal 1,13	siehe Becher
Do	Gulasch vom Rind (GW,M,LA) Blumenkohl (M,LA) Salzkartoffeln (SD)	Obst
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	390 kcal 13	
Fr	 gebratene Flunder (F,GW,M,LA) Gurkengemüse (M,LA) Salzkartoffeln (SD)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	496 kcal 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