

Speiseplan 4 Mittag (Kita Morgenstern)

gültig ab: 27. Oktober 2025

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	Gericht A	Nachtisch
Mo	Hähnchenbrustfilet buntes Möhrengemüse zum Überfüllen (GW, M, LA) Salzkartoffeln (SD)	Grießpudding
kcal/Nährwertangaben	335 kcal 14gF 41gKH 13gEW	siehe Becher
Zusatzstoffe/Allergene	12, 13	
Di	Spinat (GW, M, LA) Rührei (M, LA, Ei) Salzkartoffeln (SD) 	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben	378 kcal 24gF 24gKH 16gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	13	
Mi	Schichtkohl (Schwein/Rind) (GW) Salzkartoffeln (SD)	Heidelbeerquark- speise
kcal/Nährwertangaben	581 kcal 33gF 46gKH 22gEW	107 kcal 2gF 11gKH 10gEW
Zusatzstoffe/Allergene	13	M, LA
Do	Pasta (GW) mit Gemüsesahnesoße und Kochschinken (M,LA)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben	586 kcal 28gF 66gKH 27gEW	siehe Becher
Zusatzstoffe/Allergene	1,2,12,16	
Fr	Milchreis (M, LA) Apfelmus Zimt und Zucker 	Rote Grütze
kcal/Nährwertangaben	592 kcal 19gF 87gKH 17gEW	siehe Becher
Zusatzstoffe/Allergene	2	

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