














KW 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü A	<p><b>Pasta (200 g.)</b> a a1 N: 364.46 kcal F: 5.13 g GF: 1.39 g C: 64.34 g Z: 0.81 g P: 14.25 g S: 0.34 g B: 5.36 BE</p> <p><b>Tomatensauce</b> N: 45.70 kcal F: 0.18 g GF: 0.04 g C: 7.80 g Z: 7.51 g P: 2.59 g S: 0.32 g B: 79.05 BE</p> 	<p><b>Kräutersauce</b> g N: 64.28 kcal F: 4.64 g GF: 3.01 g C: 3.47 g Z: 2.98 g P: 2.18 g S: 0.07 g B: 268.77 BE</p> <p><b>1 St Fischfilet</b> d N: 99.59 kcal F: 2.39 g GF: 0.72 g C: 0.00 g Z: 0.00 g P: 19.32 g S: 0.13 g B: 0.00 BE</p> <p><b>Jasminreis (150 g.)</b> N: 125.63 kcal F: 0.21 g GF: 0.04 g C: 27.82 g Z: 0.11 g P: 2.63 g S: 0.00 g B: 2.32 BE</p> 	<p><b>1,5 gekochte Eier</b> c N: 152.38 kcal F: 11.00 g GF: 3.30 g C: 0.60 g Z: 0.30 g P: 13.00 g S: 0.80 g B: 50.00 BE</p> <p><b>Erbsen-Möhrengemüse</b> g N: 66.28 kcal F: 2.60 g GF: 1.57 g C: 6.95 g Z: 3.38 g P: 3.19 g S: 0.07 g B: 271.97 BE</p> <p><b>Kartoffel-Püree</b> g N: 87.31 kcal F: 2.82 g GF: 1.82 g C: 12.90 g Z: 1.40 g P: 2.13 g S: 0.02 g B: 74.75 BE</p> 	<p><b>Kapernsauce</b> g N: 73.65 kcal F: 4.49 g GF: 2.93 g C: 5.05 g Z: 4.55 g P: 3.25 g S: 0.38 g B: 403.49 BE</p> <p><b>2 Klopse aus Rindfleisch</b> c a a1 N: 180.80 kcal F: 10.10 g GF: 4.40 g C: 7.40 g Z: 0.60 g P: 15.40 g S: 1.30 g B: 616.67 BE</p> <p><b>Kartoffeln (200 g.)</b> N: 73.32 kcal F: 0.01 g GF: 0.00 g C: 15.62 g Z: 0.70 g P: 1.94 g S: 0.01 g B: 1.30 BE</p> 	<p><b>Tomatensuppe</b> N: 16.08 kcal F: 0.19 g GF: 0.04 g C: 2.50 g Z: 2.33 g P: 0.77 g S: 0.04 g B: 30.04 BE</p> <p><b>Suppennudeln (nicht bio)</b> a a1 N: 134.94 kcal F: 1.90 g GF: 0.51 g C: 23.83 g Z: 0.30 g P: 5.28 g S: 0.06 g B: 1.99 BE</p> <p><b>Hausbrot</b> a3 a4 a2 a a1 N: 226.65 kcal F: 1.10 g GF: 0.20 g C: 44.50 g Z: 2.40 g P: 6.90 g S: 1.60 g B: 3708.33 BE</p> 
	Menü B	<p><b>Pasta (200 g.)</b> a a1 N: 364.46 kcal F: 5.13 g GF: 1.39 g C: 64.34 g Z: 0.81 g P: 14.25 g S: 0.34 g B: 5.36 BE</p> <p><b>Pesto-Genovese-Sauce</b> h4 t g N: 143.52 kcal F: 12.61 g GF: 3.61 g C: 4.24 g Z: 3.70 g P: 2.96 g S: 0.66 g B: 302.48 BE</p> 	<p><b>Milchreis</b> g N: 81.10 kcal F: 1.40 g GF: 0.90 g C: 13.34 g Z: 4.22 g P: 3.69 g S: 0.09 g B: 346.27 BE</p> <p><b>Kirschsauce</b> N: 241.36 kcal F: 1.00 g GF: 0.35 g C: 52.56 g Z: 50.44 g P: 2.66 g S: 0.01 g B: 4.38 BE</p> 	<p><b>Jasminreis (150 g.)</b> N: 350.85 kcal F: 0.62 g GF: 0.12 g C: 77.73 g Z: 0.31 g P: 7.36 g S: 0.01 g B: 6.48 BE</p> <p><b>Ratatouille</b> N: 27.49 kcal F: 0.25 g GF: 0.06 g C: 4.11 g Z: 3.88 g P: 1.85 g S: 0.08 g B: 31.84 BE</p> 	<p><b>Linsendal</b> N: 82.53 kcal F: 0.33 g GF: 0.05 g C: 13.96 g Z: 1.13 g P: 5.47 g S: 0.02 g B: 1.16 BE</p> <p><b>1 St. Baguette</b> a a1 N: 250.30 kcal F: 10.07 g GF: 0.10 g C: 49.00 g Z: 3.00 g P: 8.80 g S: 1.50 g B: 4083.33 BE</p> <p><b>Minzjoghurt</b> g N: 46.40 kcal F: 1.42 g GF: 1.02 g C: 4.39 g Z: 3.94 g P: 3.94 g S: 1.92 g B: 347.24 BE</p> 
Dessert		<p><b>Parmesan (10 g)</b> g N: 395.99 kcal F: 30.56 g C: 20.78 g C: 0.00 g Z: 0.00 g P: 30.68 g S: 2.14 g B: 0.00 BE</p> 	<p><b>Obst (50 g)</b> ∇ ∞ N: 60.90 kcal F: 0.05 g GF: 0.02 g C: 14.35 g Z: 13.16 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 1.20 BE</p> 	<p><b>Gemüsekorb (50 g)</b> ∇ ∞ N: 17.43 kcal F: 0.21 g GF: 0.04 g C: 2.60 g Z: 2.52 g P: 0.95 g S: 0.01 g B: 0.22 BE</p> 	<p><b>Knäckebrötchen</b> a2 a N: 351.80 kcal F: 1.60 g GF: 0.20 g C: 63.80 g Z: 2.90 g P: 12.00 g S: 1.30 g B: 5316.67 BE</p> <p><b>Frischkäse</b> g N: 101.90 kcal F: 6.19 g GF: 4.37 g C: 3.74 g Z: 3.55 g P: 7.88 g S: 0.10 g B: 308.75 BE</p> 

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Proteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten
- a3 Gerste (Malz)
- d Fisch
- h4 Cashewnuss
- a1 Weizen
- a4 Hafer
- g Milch und Milchzeugnisse
- t Schalenfrucht

Eigenschaften

- J Laktose
- ∞ Vegan
- ∇ Vegetarisch

Folgende Zutaten nutzen wir ausschließlich in Bio-Qualität:

**Kartoffeln, Pasta, Reis, CousCous, Kuhmilch, Sahne, Joghurt, Quark, Apfelmus, Hühnerfrikassee, Spinat, Erbsen, Möhren, Champignons, Zucchini, Aubergine, Blumenkohl, Brokkoli, Paprika, Pudding**

