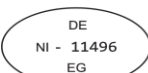


KW 17	Menü 1	Menü 2	Menü 3 Empfehlungslinie Schul- und Kindertagesstättenversorgung	Beilagen zu den Menüs
Montag, 22. April 2024	0 Hähnchenbrust Natur mit Kartoffeln und Kräutersauce 0 ♠ ∫ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 79.65 kcal F: 2.32 g GF: 1.19 g C: 6.90 g Z: 1.97 g P: 7.50 g S: 1.45 g B: 0.57 BE	0 Vegetarischer Bohnenstampf 0 0 ∇ ∞ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 67.63 kcal F: 1.47 g GF: 0.55 g C: 11.04 g Z: 1.55 g P: 2.20 g S: 0.48 g B: 0.92 BE	0 Nudeln mit Linsenbolognese 0 0 0 ∇ i c j y f a 8 g a g 1 a 1 N: 101.55 kcal F: 1.34 g GF: 0.43 g C: 17.90 g Z: 1.41 g P: 4.13 g S: 2.35 g B: 1.49 BE	0 Obst 0 0 ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Dienstag, 23. April 2024	0 Eier in Senfsauce dazu Salzkartoffeln 0 ∇ ∫ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 82.20 kcal F: 3.77 g GF: 1.48 g C: 7.18 g Z: 2.15 g P: 4.67 g S: 0.91 g B: 0.60 BE	0 Vegetarischer Nudelaufwurf mit Brokkoli, Erbsen in heller Sauce und Käse überbacken 0 ∇ ∫ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 108.92 kcal F: 5.00 g GF: 3.12 g C: 10.27 g Z: 2.12 g P: 5.54 g S: 1.56 g B: 0.86 BE	0 Schnitzel vom Schwein mit Erbsen und Möhren, Kartoffeln und Jägersauce 0 & ω i y z f a 8 a a 1 N: 112.04 kcal F: 4.61 g GF: 0.97 g C: 11.77 g Z: 1.65 g P: 5.64 g S: 0.90 g B: 0.98 BE	0 Pudding im Becher 0 0 ∇ ∫ g 1 N: 131.79 kcal F: 6.02 g GF: 3.80 g C: 15.98 g Z: 12.98 g P: 2.82 g S: 0.22 g B: 1.33 BE
Mittwoch, 24. April 2024	0 Gemüseschnitzel mit heller Kräutersauce und Reis 0 ∇ ∫ i c j y a 8 g a g 1 a 1 N: 129.01 kcal F: 4.86 g GF: 1.32 g C: 17.93 g Z: 2.31 g P: 3.21 g S: 0.96 g B: 1.49 BE	0 Gyrossuppe mit Mais, Kidneybohnen, Paprikastreifen und einem kleinen Partybrötchen 0 ∫ ω 2 a 3 i a 6 c j y z f g a g 1 a 1 N: 66.43 kcal F: 2.21 g GF: 0.54 g C: 6.58 g Z: 2.28 g P: 4.81 g S: 0.49 g B: 0.55 BE	0 Schwarzwurzeln in heller Rahmsauce mit Salzkartoffeln (Gerrit) 0 ∇ ∫ i c j a 8 g a g 1 a 1 N: 51.30 kcal F: 0.96 g GF: 0.59 g C: 8.55 g Z: 1.49 g P: 1.72 g S: 0.79 g B: 0.71 BE	Z: 3.06 g P: 0.92 g S: 1.19 g B: 0.34 BE Gurkensalat in Essig Öl Dressing 0 ∇ j z N: 81.34 kcal F: 6.76 g GF: 0.97 g C: 4.10 g Z: 3.06 g P: 0.92 g S: 1.19 g B: 0.34 BE
Donnerstag, 25. April 2024	0 Hähnchengrillies mit Tomaten-Reis und Tzatziki 0 æ ♠ ∫ i c j z f a 8 g a g 1 a 1 N: 161.53 kcal F: 6.79 g GF: 1.71 g C: 15.77 g Z: 1.81 g P: 9.05 g S: 0.51 g B: 1.32 BE	0 Bratfisch mit Schwenkkartoffeln und Remoladensauce 0 ∫ c j g d a g 1 a 1 N: 204.55 kcal F: 12.84 g GF: 1.76 g C: 16.21 g Z: 1.61 g P: 5.90 g S: 0.91 g B: 1.35 BE	0 Mac'n Cheese Auflauf, Nudeln in Käsesauce mit Käse überbacken 0 ∇ ∫ c a 8 g a g 1 a 1 N: 129.52 kcal F: 7.70 g GF: 4.20 g C: 10.22 g Z: 1.99 g P: 4.82 g S: 0.77 g B: 0.85 BE	0 Obst 0 0 ∇ ∞ N: 67.51 kcal F: 0.17 g GF: 0.10 g C: 15.58 g Z: 12.59 g P: 0.65 g S: 0.00g B: 1.30 BE
Freitag, 26. April 2024	0 Matjesfilet mit Bratkartoffeln (ohne Speck) dazu Apfel, Gewürzkurke, Mayo Dipp 0 ∫ 2 15 c j g d g 1 N: 175.15 kcal F: 13.68 g GF: 4.10 g C: 7.84 g Z: 1.32 g P: 5.29 g S: 2.83 g B: 0.65 BE	0 Wurst-Gulasch mit Paprika, Zwiebeln, Tomatenwürfeln in Sauce dazu Nudeln 0 & ψ ω 2 3 8 15 4 i c j z f a 1 N: 143.70 kcal F: 8.47 g GF: 3.26 g C: 11.47 g Z: 3.31 g P: 5.32 g S: 1.80 g B: 0.96 BE	0 Germknödel mit Fruchtkompott 0 0 ∫ c z g d a g 1 a 1 N: 169.54 kcal F: 1.32 g GF: 0.55 g C: 34.10 g Z: 14.36 g P: 3.60 g S: 0.38 g B: 2.84 BE	0 Fruchtjoghurt im Becher 0 ∇ ∫ z g g 1 N: 92.22 kcal F: 2.83 g GF: 1.63 g C: 12.20 g Z: 11.50 g P: 3.35 g S: 0.10 g B: 1.01 BE

Nährwertangaben pro Portion		Stoffe die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können		Eigenschaften
N = Kcal Menge an Kilokalorien		a. Glutenhaltiges Getreidesowie daraus hergestellte Erz.	c Eier d Fisch	♣ Geflügel
B = Menge an Proteineinheiten		a.1 Weizen a.2 Roggen a.3 Gerste	f Soja	◆ Halal
F = Fett in mg GF = gesättigte Fettsäuren		a.4 Hafer a.6 Dinkel/ Grünkern a.8 Hybridstämme (Gluten)	g Milch und Milcherzeugnisse	& Muskelfleisch
P = Eiweiß S = Salz			g1 Milcheiweiß i Sellerie	π Schweinefleisch
C = Kohlenhydrate in Gramm Z = davon Zucker		Zusatzstoffe	∫ Senf y Hülsenfrucht	∇ Vegetarisch
		2 mit Konservierungsstoffen 3 mit Antioxidationsmittel	z Zitrusfrucht	∞ Vegan
		4 mit Geschmacksverstärker 15 Nitrat/Nitrit		ψ Rindfleisch
				Schweine und Rindfleisch gemischt
		f Laktos	æ Knoblauch	d Fisch



Bankverbindung:
 Sparkasse LeerWittmund
 IBAN: DE23 2855 0000 0000 8047 57
 Swift-BIC: BRLADE21LER