








# Wochenmenü

KW 11, 13.03.2023 - 17.03.2023  
Hort Schatzinsel und Lichtenbergschule


Hausgemacht Bio-Catering GmbH  
Hauptstraße 107  
75056 Sulzfeld  
Telefon: 07269 919908-0  
Fax: 07269 919908-23



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
  Spaghetti mit Linsenbolognese dazu Obst  a,a1,e	 Tortellini mit Käsesoße, dazu Gurkensalat  a,a1,d,e,j,l	  Chili sin carne mit Kartoffelbrei und Salat  a,a2,d,e,j,l	 Pasta mit hausgemachter Kräutersoße und Reibekäse ,dazu Salat  a,a1,d,e,l	 Cremige Tomatensuppe Ofenschlupfer mit Vanillesoße  a,a1,b,d



Garantie für Ihre gesunde und genussvolle Ernährung: Zur Herstellung unserer hausgemachten Speisen verwenden wir ausschließlich biologisch erzeugte Lebensmittel. Unsere Produkte sind daher biologische Produkte gemäß Verordnung (EG) Nr 2018/848 .Ausnahme: Bei Verwendung von Wild sind diese Lebensmittel im Speiseplan mit einem \* als 'aus Wildfang stammend' gekennzeichnet. Kurzfristige Änderungen am Speiseplan wegen Verfügbarkeit von Zutaten vorbehalten. Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, l=Senf

DE-ÖKO-006  Wenn Sie nur diese Essen bestellen, folgen sie den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. .

# Wochenmenü

13.03.2023 - 17.03.2023

Hort Schatzinsel und Lichtenbergschule

Hausgemacht Bio-Catering GmbH  
Hauptstraße 107  
75056 Sulzfeld  
Telefon: 07269 919908-0  
Fax: 07269 919908-23



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 13.03.2023 - 17.03.2023

a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

13.03.2023, Menü 1, Spaghetti mit Linsenbolognese dazu Obst \* Linsenbolognese: e \* Obst (Apfel): keine \* Spaghetti: a,a1 \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:326.82/78,3 | Fett:1,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:13,9g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,5g

14.03.2023, Menü 2, Tortellini mit Käsesoße, dazu Gurkensalat \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Käsesoße: a,a1,d \* Tortellini (vegetarisch): a,a1,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:678.78/162,1 | Fett:7,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:19,0g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:5,5g | Salz:1,1g

15.03.2023, Menü 1, Chili sin carne mit Kartoffelbrei und Salat \* Chili sin carne (veget): a,a2,e,j \* Kartoffelbrei: d \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:297.49/71,9 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:7,4g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:4,8g | Salz:0,9g

16.03.2023, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Kräutersoße und Reibekäse ,dazu Salat \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Kräutersoße : a,a1,d,e \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:708.11/169,8 | Fett:5,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:24,3g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:5,9g | Salz:0,8g

17.03.2023, Menü 1, Cremige Tomatensuppe Ofenschlupfer mit Vanillesoße \* Cremige Tomatensuppe: a,a1,d \* Ofenschlupfer: a,a1,b,d \* Vanillesoße ohne Ei: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:310.06/74,8 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:9,8g | davon Zucker:5,1g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,5g