







Wochenmenü

KW 13, 27.03.2023 - 31.03.2023
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
 Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibkäse dazu Salat Früchtequarkdessert a,a1,d,e,l	 Gemüsegulasch mit Reis und Rohkostsalat a,a1,d,e,l	  Karotten - Brokkolibratling mit Käsesoße Kartoffeln und Schokopudding a,a1,b,d,e	 Gemüsesuppe mit Rohrnudeln und Vanillesoße a,a1,b,d,e	 Maccaroni - Gemüse - Auflauf mit Salat a,a1,b,d,e,l



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, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, 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

27.03.2023 - 31.03.2023

Hort Schatzinsel und Lichtenbergschule

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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 27.03.2023 - 31.03.2023

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

27.03.2023, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat Früchtequarkdessert * Früchte-Joghurt-Quarkdessert: d * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:611.74/146,1 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:21,0g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:6,4g | Salz:0,8g

28.03.2023, Menü 2, Gemüsegulasch mit Reis und Rohkostsalat * Gemüsegulasch: a,a1,d,e * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Reis (weiss): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:414.81/99,1 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:2,1g | Salz:0,7g

29.03.2023, Menü 1, Karotten-Brokkolibratling mit Käsesoße Kartoffeln und Schokopudding * Karotten-Brokkolibratling: a,a1,b,e * Kartoffeln: keine * Käsesoße: a,a1,d * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:377.1/90,7 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:10,6g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,5g

30.03.2023, Menü 1, Gemüsesuppe mit Rohrnudeln und Vanillesoße * Gemüsesuppe: d,e * Rohrnudeln: a,a1,b,d * Vanillesoße ohne Ei: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:448.33/107,4 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:16,8g | davon Zucker:6,1g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,3g

31.03.2023, Menü 2, Maccaroni-Gemüse-Auflauf mit Salat * Maccaroni-Gemüse-Auflauf: a,a1,b,d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:548.89/131,2 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:17,1g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:6,3g | Salz:0,5g