

Wochenmenü

KW 39, 25.09.2023 - 29.09.2023
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
 Minestrone mit Hörnle Früchtequarkdessert a1,d,e	Karottensuppe dazu Grießbrei mit Kirschen a,a1,d,e	 Karotten - Brokkolibratling mit Käsesoße Kartoffeln und Schokopudding a,a1,b,d,e	 Alaska - Seelachsfilet mit Salzkartoffeln und Joghurt - Quarkremoulade mit Ei a,a1,b,d,e,i,l	 Blumenkohlsuppe, dazu Pfannkuchen mit Apfelbrei a,a1,b,d,e
Tortellini mit Pestosoße und Salat a,a1,d,e,j,l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat a,a1,d,e	Bauernspätzle mit heller Soße, Bohnensalat und Schokopudding a,a1,b,d,e	Gnocchi mit Käsesoße und Karottensalat a,a1,b,d,e,f,j	Nudel - 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

25.09.2023 - 29.09.2023

Hort Schatzinsel und Lichtenbergschule

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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 25.09.2023 - 29.09.2023

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

25.09.2023, Menü 1, Minestrone mit Hörnle Früchtequarkdessert * Früchte-Joghurt-Quarkdessert: d * Hörnle : a1 * Minestrone: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:305.87/73,0 | Fett:1,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:10,6g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,4g

25.09.2023, Menü 2, Tortellini mit Pestosoße und Salat * Pestosoße: a,a1,d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tortellini (vegetarisch): a,a1,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:615.93/147,2 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:20,0g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:5,0g | Salz:1,2g

26.09.2023, Menü 2, Karottensuppe dazu Grießbrei mit Kirschen * Grießbrei (warm): a,a1,d * Karottensuppe : a,a1,d,e * Kirschen gebunden: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:293.3/70,7 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:10,8g | davon Zucker:6,0g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,3g

26.09.2023, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Rote Beete-Salat: e * Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:716.49/171,5 | Fett:3,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:27,1g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:6,2g | Salz:1,1g

27.09.2023, Menü 1, Karotten-Brokkolibratling mit Käsesoße Kartoffeln und Schokopudding * Karotten-Brokkolibratling: a,a1,b,e * Käsesoße: a,a1,d * Salzkartoffel: keine * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:368.72/88,2 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:3,2g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,7g

27.09.2023, Menü 2, Bauernspätzle mit heller Soße, Bohnensalat und Schokopudding * Bauernspätzle: a,a1,b * Bohnensalat: e * Helle Bratensoße (Rind): a,a1,d * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:523.75/125,3 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:20,1g | davon Zucker:2,4g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,4g

28.09.2023, Menü 1, Alaska-Seelachsfilet mit Salzkartoffeln und Joghurt-Quarkremoulade mit Ei * Alaska-Seelachsfilet: a,a1,b,i * Joghurt-Quarkremoulade mit Ei: b,d,e,l * Salzkartoffel: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:498.61/119,8 | Fett:4,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:11,8g | davon Zucker:1,3g | Eiweiß:7,6g | Salz:1,1g

28.09.2023, Menü 2, Gnocchi mit Käsesoße und Karottensalat * Karottensalat: e * Kartoffel-Gnocchi: a,a1,b,f,j * Käsesoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:670.4/160,1 | Fett:6,4g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:21,9g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,9g

29.09.2023, Menü 1, Blumenkohlsuppe, dazu Pfannkuchen mit Apfelbrei * Apfelbrei: keine * Blumenkohlsuppe: a,a1,d,e * Pfannkuchen,salzig: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:641.07/153,3 | Fett:6,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:18,5g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,5g

29.09.2023, Menü 2, Nudel-Gemüse-Auflauf mit Salat * Nudel-Gemüse-Auflauf: a,a1,b,d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:444.14/106,4 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:1,6g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,3g