

Wochenmenü

KW 03, 18.01.2021 - 22.01.2021
Schulen

hausgemacht Bio-Catering
Volker Dörsam
Hauptstraße 107
75056 Sulzfeld
Telefon: 07269 919908-0
Fax: 07269 919908-23



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Königsberger Klopse dazu Reis und Rohkost a,a1,b,d,e	Gaisburger Marsch (Eintopf mit Kartoffel, Karotten und Spätzle) Stracciatella - Joghurt - Quarkdessert a,a1,d,e,k	pan.Fischfilet(aus Wildfang) (kann Gräten enthalten) mit Kartoffelsalat und Salat a,a1,b,e,i,l	Nudelpfanne mit buntem Gemüse dazu Kräutersoße Vanille - Quarkdessert a,a1,d,e	Gemüsecremsuppe warmer Grießbrei mit Apfelmilch a,a1,d,e
Blumenkohlbratlinge mit hausgemachter Tomatensoße und Reis dazu Rohkostsalat a,a1,b,d,e	Spätzle mit Brokkoli - Käsesoße dazu Salat Stracciatella - Joghurt - Quarkdessert a,a1,d,e,k,l	Hirsebratling mit Rahmspinat und Kartoffel a,a1,b,d	Polentaschnitten mit Käse dazu Bohnengemüse und hausgemachte Tomatensoße Vanille - Quarkdessert d,e	griech. Ofengemüse mit Fetakäse dazu Vollkornreis und Kräutersoße a,a1,d,e
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat a,a1,d,e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Stracciatella - Joghurt - Quarkdessert a,a1,d,e,k,l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat a,a1,d,e,l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat a,a1,d,e,l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat a,a1,d,e,l
			Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Vanille - Quarkdessert a,a1,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.834/2007 Nr. 889/2008 .Ausnahme: Bei Verwendung von Meeresfischen, Meeresfrüchten und 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, i=Fisch aus Wildfang, k=Schalenfrüchte, l=Senf



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 18.01.2021 - 22.01.2021

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

18.01.2021, Menü 1, Königsberger Klopse dazu Reis und Rohkost * Karotten-Kohlrabi-Sellerie-Rohkost: e * Königsberger Klopse: a,a1,b,d,e * Reis: keine * Nährwerte: 100gr | Kcal:105,9kcal | F:2,9g | gesFS:1,0g | KH:14,2g | Zu:1,1g | Ew:5,5g | Salz:0,9g

18.01.2021, Menü 2, Blumenkohlbratlinge mit hausgemachter Tomatensoße und Reis dazu Rohkostsalat * Blumenkohlbratling hausgemacht: a,a1,b,d,e * Karotten-Kohlrabi-Sellerie-Rohkost: e * Reis: keine * Tomatensoße: d,e * Nährwerte: 100gr | Kcal:90,0kcal | F:2,2g | gesFS:0,7g | KH:13,8g | Zu:1,5g | Ew:3,0g | Salz:1,0g

18.01.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat * Karotten-Kohlrabi-Sellerie-Rohkost: e * Reibekäse: d * Spaghetti: a,a1 * Tomatensoße: d,e * Nährwerte: 100gr | Kcal:104,7kcal | F:3,6g | gesFS:1,3g | KH:13,4g | Zu:1,0g | Ew:4,3g | Salz:0,8g

19.01.2021, Menü 1, Gaisburger Marsch (Eintopf mit Kartoffel,Karotten und Spätzle) Stracciatella-Joghurt-Quarkdessert * Gaisburger Marsch (vegetarisch): e * Joghurt-Quarkdessert Stracciatella: d,k * Spätzle für Gaisburger Marsch: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Kcal:87,0kcal | F:2,2g | gesFS:0,7g | KH:11,1g | Zu:3,2g | Ew:3,5g | Salz:0,6g

19.01.2021, Menü 2, Spätzle mit Brokkoli-Käsesoße dazu Salat Stracciatella-Joghurt-Quarkdessert * Bauernspätzle: a,a1 * Brokkoli-Käsesoße: a,a1,d,e * Joghurt-Quarkdessert Stracciatella: d,k * Wintersalat + Dressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Kcal:117,0kcal | F:3,8g | gesFS:1,1g | KH:15,6g | Zu:3,9g | Ew:4,6g | Salz:0,5g

19.01.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Stracciatella-Joghurt-Quarkdessert * Joghurt-Quarkdessert Stracciatella: d,k * Penne für Tomatensoße: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: d,e * Wintersalat + Dressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Kcal:149,3kcal | F:4,3g | gesFS:1,5g | KH:20,9g | Zu:4,4g | Ew:6,1g | Salz:0,8g

20.01.2021, Menü 1, pan.Fischfilet(aus Wildfang) (kann Gräten enthalten) mit Kartoffelsalat und Salat * Kartoffelsalat : e,l * Salat bunt: keine * Salatdressing: e,l * Seelachsfilet: a,a1,b,i * Nährwerte: 100gr | Kcal:129,2kcal | F:6,9g | gesFS:1,0g | KH:7,0g | Zu:1,3g | Ew:9,4g | Salz:1,3g

20.01.2021, Menü 2, Hirsebratling mit Rahmspinat und Kartoffel * Hirsebratlinge: a,a1,b,d * Rahmspinat: a,a1,d * Salzkartoffel: keine * Nährwerte: 100gr | Kcal:93,0kcal | F:4,4g | gesFS:1,8g | KH:8,3g | Zu:1,1g | Ew:4,8g | Salz:1,8g

20.01.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Farfalle (Byo) für Tomatensoße: a,a1 * Reibekäse: d * Salat bunt: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: d,e * Nährwerte: 100gr | Kcal:116,1kcal | F:3,6g | gesFS:1,4g | KH:16,2g | Zu:0,8g | Ew:4,6g | Salz:0,9g

21.01.2021, Menü 1, Nudelpfanne mit buntem Gemüse dazu Kräutersoße Vanille-Quarkdessert * Farfalle(byo): a,a1 * Gemüse für Nudelpfanne: e * Kräutersoße : a,a1,d,e * Vanille-Quarkdessert: d * Nährwerte: 100gr | Kcal:96,6kcal | F:2,4g | gesFS:0,7g | KH:15,0g | Zu:2,0g | Ew:3,6g | Salz:0,6g

21.01.2021, Menü 2, Polentaschnitten mit Käse dazu Bohnengemüse und hausgemachte Tomatensoße Vanille-Quarkdessert * Bohnengem. ungeb.: e * Polentascheiben : d,e * Tomatensoße: d,e * Vanille-Quarkdessert: d * Nährwerte: 100gr | Kcal:71,3kcal | F:2,2g | gesFS:0,8g | KH:9,1g | Zu:1,4g | Ew:3,2g | Salz:0,7g

21.01.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Vanille-Quarkdessert * Gurken-Zucchini Salat: e,l * Reibekäse: d * Spaghetti: a,a1 * Tomatensoße: d,e * Vanille-Quarkdessert: d * Nährwerte: 100gr | Kcal:102,0kcal | F:3,9g | gesFS:1,4g | KH:12,1g | Zu:1,5g | Ew:4,3g | Salz:0,7g

22.01.2021, Menü 1, Gemüsecremsuppe warmer Grießbrei mit Apfelbrei * Apfelbrei: keine * Gemüsecremsuppe: d,e * Grießbrei (warm): a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Kcal:74,6kcal | F:1,9g | gesFS:1,2g | KH:12,0g | Zu:7,7g | Ew:2,5g | Salz:0,4g

22.01.2021, Menü 2, griech.Ofengemüse mit Fetakäse dazu Vollkornreis und Kräutersoße * Kräutersoße : a,a1,d,e * Naturreis: keine * Ofengemüse mit Feta: d,e * Nährwerte: 100gr | Kcal:107,2kcal | F:2,6g | gesFS:1,0g | KH:17,7g | Zu:1,2g | Ew:3,1g | Salz:0,7g

22.01.2021, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Maccaroni für Tomatensoße: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: d,e * Nährwerte: 100gr | Kcal:118,9kcal | F:4,0g | gesFS:1,4g | KH:15,9g | Zu:0,7g | Ew:4,5g | Salz:0,8g