



	<i>Gesund & Lecker</i>	<i>Veggie</i>	<i>Dessert</i>
Montag	Gemüseintopf (Blumenkohl, Erbsen, Karotten und Bohnen) mit Gerstoni (Gerstenkörner) ^{A4, 51} 1 Scheibe Saatenbrot ^{A1, A3, A5, F, G, K, 51} Blattsalat mit Zitronendressing ^{30, G} 226 kcal	Kartoffeltaschen ^{30, G} Blattsalat mit Zitronendressing ^{30, G} Kräuterquark ^{30, G} 498 kcal	Weintrauben hell 35 kcal
Dienstag	Tortelloni Trikolore (Rind) ^{A1, C, 51} Tomatensauce ^{A1, 51, 1} Möhrenrohkost 352 kcal	Blumenkohl-Karottengulasch ^{30, A1, A4, F, G, 51, 1, 2, 7, 16} Jasminreis 227 kcal	Bio-Quark mit Mango ^{30, G, 1} 64 kcal
Mittwoch	Weißer Bohneneintopf ¹ Mehrkornbaguette ^{A1, A3, A4, A5, 51} Kohlrabi-Apfelrohkost mit Sonnenblumenkernen ⁷ 330 kcal	Kartoffelauflauf mit Erbsen und Mais ^{30, C, G} Kräutersauce ^{30, A1, G, 51} 393 kcal	Apfel 61 kcal
Donnerstag	gedünstetes Seelachsfilet ^D Vollkornreis (BIO) Blattspinat ^{30, A1, G, 51} 336 kcal	Milchreis ^{30, G} Apfelkompott ⁷ 401 kcal	Fruchtojoghurt "Pfirsich-Maracuja" (zuckerreduziert) 0 kcal
Freitag	Spinatspätzle mit Käse und Röstzwiebeln in Kräutersauce ^{30, A1, C, G, 51} Gurkensticks 356 kcal	Kürbis- Kartoffelsuppe ^{1, L, 7} Vollkornbrötchen ^{F, 51} 292 kcal	Birne 52 kcal

Die Menülinie unserer Mittagsverpflegung „Gesund & Lecker“ hat eine DGE-Zertifizierung erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) überprüft und mit diesem Logo  ausgezeichnet.

Änderungen vorbehalten.