

Kostbarer Wochenspeiseplan



Woche vom 22.10. bis 26.10.2018

Wochentag	Frühstück in den Gruppen	Mittagessen in der Kostbar KOHLWOCHE	Nachmittagsmahlzeit in der Cafebar
Montag:	Roggenmischbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Rohkostteller (A2,2,3,8)	 <p>Vollkornnudeln* (A1) mit Grünkohl-Walnuss-Pesto (H2) und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)</p> <p>Nachtisch: Obst der Saison</p>	Obstsalat
Dienstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (A3,A1,A4,H1-7,G)	<p>Rotkohllasagne (Rotkohl, Kartoffeln, Hackfleisch (Rind))(8,I,G) und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)</p>	Zucchinikuchen(A1,C,G)
Mittwoch:	Quarkkornbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Marmelade, Haselnusscreme, Rohkostteller (A1,G,H1-7,L,2,3,8)	<p>Schupfnudeln mit Rahmwirsing (G) und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)</p>	Pizza mit Salami und Käse (A1,2,3,8)
Donnerstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (H1-7,G) bzw. Lunchpaket (A1,A3,A4,2,3,8)	<p>Brokkolimuffins mit Karottensticks und Paprikastreifen</p>	Fruchtjoghurt (G)
Freitag:	Straciatellaquark (G) und Obstteller	<p>Seelachs-Kartoffel-Blumenkohlauflauf (D,G) und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)</p> <p>Nachtisch: Obst der Saison</p>	Brot mit Wurst und Käse und Rohkost (A1,2,3,8)

Am Donnerstag gehen alle Kindergartenkinder (außer in den Schulferien und in der Adventszeit) in den Wald

Bei Bedarf wird bei der Zubereitung der Speisen auf Allergien, Lebensmittelunverträglichkeiten sowie religiöse Aspekte geachtet

***Vollkornnudeln und Vollkornreis sind grundsätzlich in Bioqualität**

Zusatzstoffe: 1= mit Farbstoff, 2= mit Konservierungsstoffen, 3= mit Antioxidationsmittel, 4= mit Geschmacksverstärker, 5= geschwefelt, 6= geschwärzt, 7= gewachst, 8= mit Phosphat, 9= mit Süßungsmitteln, 10= enthält eine Phenylaminquelle, 11= kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12= koffeinhaltig oder chininhaltig

Allergene:

A= glutenhaltiges Getreide im einzelnen: **A1**= Weizen, **A2**= Roggen, **A3**= Gerste, **A4**= Hafer, **A5**= Dinkel

B= Krebstiere, **C**= Eier, **D**= Fisch, **E**= Erdnüsse, **F**= Soja, **G**= Milch (einschließlich Laktose),

H= Schalenfrüchte im einzelnen: **H1**= Mandeln, **H2**= Walnüsse, **H3**= Cashewnüsse, **H4**= Pecannüsse, **H5**= Paranüsse, **H6**= Pistazien, **H7**= Macadamianüsse ,

I= Sellerie, **J**= Senf, **K**= Sesamsamen; **L**= Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10mg pro kg/L), **M**= Lupinen

**Unser Mittagessen entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“.
Er wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit dem FIT KID-Logo ausgezeichnet.**

