

Kostbarer Wochenspeiseplan



Woche vom 11.03. bis 15.03.2019

Wochentag	Frühstück in den Gruppen	Mittagessen in der Kostbar 	Nachmittagsmahlzeit in der Cafebar
Montag:	Roggenmischbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Rohkostteller (A2,2,3,8)	Gnocchi mit Salbeibutter und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3) Nachtisch: Obst der Saison	Naturjoghurt (G) und frisches Obst
Dienstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Bratwurst (Schwein)(8) mit Kartoffelbrei (G) und Rotkraut und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)	Kuchen ??
Mittwoch:	Quarkkornbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Marmelade, Haselnusscreme, Rohkostteller (A1,A3,A4,G,H1-7,L,2,3,8)	Gemüse-Reis-Pfanne (Erbsen und Paprika) mit Ebly-Küchlein und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3) Nachtisch: Beerenjoghurt (G)	Rohkost und Kräuterquark (G)
Donnerstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Zucchinicremesuppe (G,I) und Vitalbaguette	Obstsalat
Freitag:	Erdbeerjoghurt (G,3) und Obstteller	Lachs(D) mit Gemüse (Karotten und Zucchini)-Vollkornnudeln (A1) und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3) Nachtisch: Obst der Saison	Käsebrot (A1,2,3) und Gewürzgurken (J)

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

Bei Bedarf wir 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 Posphat, 9= mit Süßungsmitteln, 10= enthält eine Phenylaninquelle, 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.**

