

Kostbarer Wochenspeiseplan



Woche vom 22.04. bis 26.04.2019

Wochentag	Frühstück in den Gruppen	Mittagessen in der Kostbar 	Nachmittagsmahlzeit in der Cafebar
Montag:	OSTERMONTAG	OSTERMONTAG	OSTERMONTAG
Dienstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Kartoffelspalten mit Kräuterquark (G) 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	Griechischer Bauernsalat (Gurken, Tomaten, Schafskäse)(G)
Mittwoch:	Quarkkornbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Marmelade, Haselnusscreme, Rohkostteller (A1,A3,A4,G,H1-7,L,2,3,8)	Reis-Gemüse-Pfanne (Paprika, Mais und Karotten)*und Salat aus der Saladette (Karotten, Gurken, Mozzarella(G), Tomaten, Eisbergsalat) mit Joghurt-Dressing(C,G) und Balsamico-Dressing(F,J,L,3)	Grießbrei (G) mit Obst
Donnerstag:	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Zucchini-cremesuppe (G) mit Bauernbrot (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: Schokoladencreme (G)	Geflügelwiener (8) mit Paprika und Karotten
Freitag:	Himbeerquark (G) und Obstteller	Seelachs (D)-Gemüesoße (Erbsen) mit 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	Roggenbrot (A2) mit Frischkäse (G) und Gewürzgurken (J)

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 Phenylalaninquelle, 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.

