

# Kostbarer Wochenspeiseplan



Woche vom 09.03. bis 13.03.2020

Wochentag	Frühstück in den Gruppen	Mittagessen in der Kostbar	Nachmittagsmahlzeit in der Cafebar
<b>Montag:</b>	Roggenbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Rohkostteller (A1,A2,G,2,3,8)	Gnocchi ( C ) in Salbeibutter dazu Salat aus der Saladette ( Karottensalat, Eisbergsalat, Gurkensalat)(C,G)  <b>Nachtisch:</b> Obst der Saison	Grießbrei (A1,G) mit Kirschen
<b>Dienstag:</b>	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Schinkennudeln (Nudeln, Schinken, Ei, Käse)(A1,C,G) dazu Salat aus der Saladette (Tomatensalat, Mais, Eisbergsalat)	Rohkost und Quark(G)
<b>Mittwoch:</b>	Quarkkornbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Marmelade, Haselnusscreme, Rohkostteller (A1,A3,A4,G,H1-7,L,2,3,8)	Kartoffeln mit Kräuterquark (G) dazu Salat aus der Saladette (Eisbergsalat, Gurkensalat, Rote Beete)(C,G)  <b>Nachtisch:</b> Obst der Saison	Naturjoghurt (G) und Obst
<b>Donnerstag:</b>	Kerniges Müsli und Obstteller (A1,A3,A4,H1-7,G)	Gerstensuppe (Gerste, Karotten, Lauch, Speck(Schwein))(A1,G,I)	Hot Dog mit Geflügelwiener (A1,G,8)
<b>Freitag:</b>	Erdbeerquark (G) und Obstteller	<b>Wunschessen von Vivien Berg:</b> Kabeljau-Spinat-Kartoffelauflauf (D,G) dazu Mais und Karottensalat (C,G)  <b>Nachtisch:</b> Sandkuchen (A1,C,G)	Brot (A1,A2) mit Eiern (C ) und Rohkost

**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.**

