

Kostbarer Wochenspeiseplan



Woche vom 09.11. bis 13.11.2020

Wochentag	Frühstück in den Gruppen	Mittagessen in der Kostbar 	Nachmittagsmahlzeit in der Cafebar
Montag:	Roggenbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Rohkostgläser (A1,A2,G,2,3,8)	Vollkornnudeln (A1)* mit grünem Pesto (H1-H7) mit Parmesankäse dazu Salat aus der Saladette (C,G) Nachtisch: Obst der Saison	Herbstfruchtauflauf (A1,C,G) mit Vanillesoße (G)
Dienstag:	Kerniges Müsli und Obstgläser (A1,A3,A4,H1-7,G)	Vollkornreis* mit einer Hackfleisch (Rind)-Bohnen-Soße dazu Salat aus der Saladette (C,G)	Käsewürfel (2,3) mit Rohkost und Trauben
Mittwoch:	Quarkkornbrot, verschiedene Sorten Wurst und Käse, Marmelade, Haselnusscreme, Rohkostgläser (A1,A3,A4,G,H1-7,L,2,3,8)	Gnocchi (C) mit Salbeibutter dazu Salat aus der Saladette (C,G) Nachtisch: Himbeer-Quark-Keks-Dessert (A1,G)	Zwiebelkuchen mit und ohne Speck (Schwein) (A1,G,2,3,8)
Donnerstag:	Kerniges Müsli und Obstgläser (A1,A3,A4,H1-7,G)	Linsensuppe (I) mit Geflügelwiener (8)	Schokoladenpudding (G)
Freitag:	Kräuterquark (G) dazu Rohkostgläser und Sesamknäckegebrot (A1,K)	Lachs (D) Zucchini-Soße mit Vollkornreis* dazu Salat aus der Saladette (C,G) Nachtisch: Obst der Saison	Der Kindergarten schließt um 14 Uhr

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.

