

Vita Catering // Speiseplan KW 40 / 2020 // 28.09.2020 - 04.10.2020 Weyhe

Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Veggie Day	Mittwoch	Donnerstag	Veggie Day
BUFFET Alle Einzelspeisen, Salat und Dessert zur freien Auswahl! Um eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten, sollten Sie laut DGE in Folge von 20 Mahlzeiten, min. 20 x Kartoffeln, Gemüse, Getreide, min. 20 x Salat, min. 8 x Obst, min. 8 x Milchprodukt, max. 8 x Fleisch, min. 4 x Seefisch zu sich nehmen! Farbllich abgesetzte Menüfelder entsprechen der DGE-Normempfehlung!	PASTA	Hühnersuppe mit Gemüse und Nudeln, herzhaftes Brot auswahl ^{13, 15, 21}	Tomaten-Spирelli (hausgemacht und Bio), Basilikumpesto ^{13, 15, 19}	Spaghetti (hausgemacht und Bio), Tomatensoße italienische Art ^{13, 15}	Vollkornnudeln, Gemüsebolognese, geriebener Hartkäse ^{13, 19, 21}	Spinat Penne (hausgemacht und Bio), Käse-Kräutersoße ^{2, 13, 15, 19}
	VEGETARISCH	Vegetarisches Sojagryros, Ofenkartoffel mit Sour Cream überbacken, Krautsalat ^{1, 2, 11, 12, 18, 19, 21, 22}	Milchreis mit Zucker und Zimt, Kirschoße ^{1, 12, 13, 19}	Griechischer Kartoffel-Auberginenauf (Moussaka) mit Tomaten und Fetakäse ^{15, 19}	"Nasi Goreng vegetarisch" Reispfanne mit Sojastreifen und Gemüse ¹⁸	Gebratene Schupfnudeln, Sauerkraut, Dunkle Soße (veg.) ^{12, 19}
	HAUPTGERICHT	Seelachsfilet "Bordelaise", Salzkartoffeln, Sommergemüse ^{13, 15, 16, 18, 20}	Kartoffel - Gemüseauflauf mit Tomaten und Käse überbacken, Gurkensalat mit Joghurt ^{12, 19}	Rindergulasch, Spätzle, Erbsen und Möhren ^{13, 15, 19, 20}	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch vom Rind, Fladenbrot ^{13, 15, 18, 19, 23}	Vegetarischer Burger, Kartoffelspalten, Sour Cream Dip, Tomatensalat ^{7, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23}
	DESSERT	Obstauswahl	Melonen der Saison	Bircher Müsli mit Beerenobst ^{12, 13, 19}	Birnenkaltchale mit Vanillesauce ^{2, 7, 11, 12, 13, 19}	Frische Früchte der Saison
			KH:14, EW:1, FE:0, kcal:57	KH:28, EW:5, FE:6, kcal:187	KH:30, EW:1, FE:0, kcal:122	

1) mit Geschmacksverstärker, 2) mit Farbstoff, 3) Gewacht, 4) Geschwärtz, 6) mit Phosphat, 7) mit Konservierungsstoff, 8) geschwefelt, 9) mit Antioxidationsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) mit Süßungsmittel, 12) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13a) = Weizen, 13b) = Roggen, 13c) = Hafer, 13d) = Dinkel, 13e) = Gerste, 13f) = Kamut, 14) enthält Krebstiere, 15) enthält Ei, 16) enthält Fisch, 17) enthält Erdnüsse, 18) enthält Soja, 19) enthält Milch / Lactose, 20) enthält Schalenfrüchte (20a) = Mandeln, 20b) = Haselnüsse, 20c) = Walnüsse, 20d) = Cashewnüsse, 20e) = Pecannüsse, 20f) = Paranüsse, 20g) = Pistazien, 20h) = Macadamianüsse, 21) enthält Sellerie, 22) enthält Senf, 23) enthält Sesam, 24) enthält Lupine, 25) enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 26) enthält Weichtiere, 27) enthält Nitrat, 29) gentechnisch verändert, mit Milcheiweiß (bei Fleischzeugnissen)

Vita Catering // Speiseplan KW 40 / 2020 // 28.09.2020 - 04.10.2020 Weyhe

Bestellt durch _____ Für wen _____

Bitte tragen Sie Ihren Speisen Wunsch und Bestellmenge direkt in die blaue Spalte ein!

Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Bestellung	Veggie Day	Bestellung	Mittwoch	Bestellung	Donnerstag	Bestellung	Veggie Day	Bestellung
BUFFET Alle Einzelspeisen, Salat und Dessert zur freien Auswahl! Um eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten, sollten Sie laut DGE in Folge von 20 Mahlzeiten, min. 20 x Kartoffeln, Gemüse, Getreide, min. 20 x Salat, min. 8 x Obst, min. 8 x Milchprodukt, max. 8 x Fleisch, min. 4 x Seefisch zu sich nehmen! Farbllich abgesetzte Menüfelder entsprechen der DGE-Normempfehlung!	PASTA	Hühnersuppe mit Gemüse und Nudeln, herzhaftes Brot auswahl ^{13, 15, 21}		Tomaten-Spирelli (hausgemacht und Bio), Basilikumpesto ^{13, 15, 19}		Spaghetti (hausgemacht und Bio), Tomatensoße italienische Art ^{13, 15, 19}		Vollkornnudeln, Gemüsebolognese, geriebener Hartkäse ^{13, 19, 21}		Spinat Penne (hausgemacht und Bio), Käse-Kräutersoße ^{2, 13, 15, 19}	
	VEGETARISCH	Vegetarisches Sojagryros, Ofenkartoffel mit Sour Cream überbacken, Krautsalat ^{1, 2, 11, 12, 18, 19, 21, 22}		Milchreis mit Zucker und Zimt, Kirschoße ^{1, 12, 13, 19}		Griechischer Kartoffel-Auberginenauf (Moussaka) mit Tomaten und Fetakäse ^{15, 19}		"Nasi Goreng vegetarisch" Reispfanne mit Sojastreifen und Gemüse ¹⁸		Gebratene Schupfnudeln, Sauerkraut, Dunkle Soße (veg.) ^{12, 19}	
	HAUPTGERICHT	Seelachsfilet "Bordelaise", Salzkartoffeln, Sommergemüse ^{13, 15, 16, 18, 20}		Kartoffel - Gemüseauflauf mit Tomaten und Käse überbacken, Gurkensalat mit Joghurt ^{12, 19}		Rindergulasch, Spätzle, Erbsen und Möhren ^{13, 15, 19, 20}		Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch vom Rind, Fladenbrot ^{13, 15, 18, 19, 23}		Vegetarischer Burger, Kartoffelspalten, Sour Cream Dip, Tomatensalat ^{7, 13, 15, 18, 19, 21, 22, 23}	
	DESSERT	Obstauswahl		Melonen der Saison		Bircher Müsli mit Beerenobst ^{12, 13, 19}		Birnenkaltchale mit Vanillesauce ^{2, 7, 11, 12, 13, 19}		Frische Früchte der Saison	
				KH:14, EW:1, FE:0, kcal:57		KH:28, EW:5, FE:6, kcal:187		KH:30, EW:1, FE:0, kcal:122			
Zusatzessen Lehrer und Besucher											

1) mit Geschmacksverstärker, 2) mit Farbstoff, 3) Gewacht, 4) Geschwärtz, 6) mit Phosphat, 7) mit Konservierungsstoff, 8) geschwefelt, 9) mit Antioxidationsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) mit Süßungsmittel, 12) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13a) = Weizen, 13b) = Roggen, 13c) = Hafer, 13d) = Dinkel, 13e) = Gerste, 13f) = Kamut, 14) enthält Krebstiere, 15) enthält Ei, 16) enthält Fisch, 17) enthält Erdnüsse, 18) enthält Soja, 19) enthält Milch / Lactose, 20) enthält Schalenfrüchte (20a) = Mandeln, 20b) = Haselnüsse, 20c) = Walnüsse, 20d) = Cashewnüsse, 20e) = Pecannüsse, 20f) = Paranüsse, 20g) = Pistazien, 20h) = Macadamianüsse, 21) enthält Sellerie, 22) enthält Senf, 23) enthält Sesam, 24) enthält Lupine, 25) enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 26) enthält Weichtiere, 27) enthält Nitrat, 29) gentechnisch verändert, mit Milcheiweiß (bei Fleischzeugnissen)