

Vita Catering // Speiseplan KW 39 / 2021 // 27.09.2021 - 03.10.2021 Weyhe

Menügruppe	EINZEL SPEISEN inkl. Salat und Dessert	Veggie Day	Dienstag	Veggie Day	Donnerstag	Freitag
Unser Salatbuffet: Zu allen unseren Gerichten reichen wir täglich verschiedene saisonale frische Salate und geschnittene Rohkost. Wenn Sie aus pädagogischen Gründen auch mal ungeputzte und ungeschnittene Rohkost haben möchten, sprechen Sie uns bitte an. Gerne richten wir uns nach Ihren Wünschen und geben Ihnen Hilfestellung in allen Belangen einer ernährungsphysiologisch wertvollen und kindgerechten Versorgung!	PASTA	Spaghetti (hausgemacht und Bio), Knoblauch - Champignon - Sahnesoße 13, 15, 19 KH:114, EW:26, FE:17, kcal:677	Gnocchi, Käse-Sahnesoße, Hähnchenbruststreifen. ^{2,} 13, 15, 19 KH:60, EW:32, FE:48, kcal:776	Vollkornnudeln, Soja Bolognese, Parmesan ^{13, 19} KH:65, EW:16, FE:5, kcal:367	Penne-Nudeln (hausgemacht und Bio), Hackfleischsoße vom Rind 13, 15, 21 KH:111, EW:37, FE:15, kcal:691	Bandnudeln (hausgemacht und Bio), Tomatensauce, Paprikasoße, geräucherter Hartkäse ¹¹ KH:114, EW:28, FE:12, kcal:577
	VEGETARISCH	Gefüllte Paprikaschote (Reis und Gemüse), Tomatensoße., geschmorter Zartweizen mit Gemüsestreifen. ^{13, 15, 21, 23} KH:155, EW:30, FE:28, kcal:977	Gebackener Camembert, Preiselbeeren, Kartoffel-Lauchgratin., Tomatensalat mit Schnittlauch ^{2, 11, 12, 13, 19} KH:36, EW:19, FE:29, kcal:492	Pizza Margarita, Bauernsalat mit Fetakäse ^{2, 13, 19} KH:108, EW:23, FE:11, kcal:621	Kartoffelcremesuppe mit Kürbiswürfeln, herzhaftes Bauernbrot ^{13, 19} KH:13, EW:2, FE:13, kcal:178	Chili sin Carne (vegetarisch), Bauernbrot ²⁰ KH:90, EW:14, FE:10, kcal:377
	HAUPTGERICHT	"Nasi Goreng vegetarisch" Reispfanne mit Sojastreifen und Gemüse, Gurkensalat mit Joghurt 12, 18, 19 KH:71, EW:29, FE:4, kcal:456	Rindergulasch Spanische Art, geschmorte Kartoffeln, Blumenkohl ²⁰ KH:32, EW:31, FE:18, kcal:410	Süße Quarkkekulchen, Vanillesoße., Zucker und Zimt ^{1, 12, 13, 15, 19} KH:136, EW:24, FE:6, kcal:696	Seelachsfilet "Bordelaise", Petersilienkartoffeln, Kaisergemüse ^{13, 15, 16, 19} KH:34, EW:32, FE:13, kcal:373	Hähnchengyros, Zwiebeln, Orientalischer Reis, Krautsalat, 1, 11, 12, 13, 19 KH:64, EW:27, FE:12, kcal:577
	DESSERT	Bananenjoghurt mit Müsli 13, 19 KH:31, EW:6, FE:2, kcal:152	Fruchtquark ^{12, 19} KH:10, EW:9, FE:7, kcal:140	Frische Früchte der Saison KH:15, EW:4, FE:4, kcal:117	Vanille-Nusscreme ^{11, 12, 13, 15, 19, 20} KH:15, EW:4, FE:4, kcal:117	Obstauswahl KH:15, EW:4, FE:4, kcal:117

1) mit Geschmacksverstärker, 2) mit Farbstoff, 3) Gewachst, 4) Geschwärtzt, 6) mit Phosphat, 7) mit Konservierungsstoff, 8) geschwefelt, 9) mit Antioxidationsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) mit Süßungsmitteln, 12) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13) enthält Gluten (13a = Weizen, 13b = Roggen, 13c = Hafer, 13d = Dinkel, 13e = Gerste, 13f = Kamut), 14) enthält Krebstiere, 15) enthält Ei, 16) 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 M

g

usgemacht
naten -
eriebener
3, 15, 19

17, kcal:686

arne
utterreis ^{19,}

6, kcal:483

ros mit
ntalischer
Tzaziki Dip
l, 21, 22

23, kcal:603

vahl

ält Fisch, 17)
zien, 20h =
Vicheiweiß