

Vita Catering // Speiseplan KW 1 / 2022 // 03.01.2022 - 09.01.2022 Weyhe

Menügruppe	EINZEL SPEISEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Veggie Day	Mittwoch	Donnerstag	Veggie Day
<p>Unser Salatbuffet:</p> <p>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!</p>	PASTA	Vegetarische Schupfnudelpfanne mit Gemüse, Dunkle Rahmsoße (veg.). ^{13, 19} KH:47, EW:14, FE:26, kcal:487	Ravioli mit Gemüsefüllung, Käse-Kräutersoße ^{2, 13, 15, 19} KH:34, EW:27, FE:42, kcal:598	Vollkornspaghetti, Spinat-Sahnesauce mit Räucherlachs ^{1, 2, 7, 11, 12, 13, 16, 19} KH:60, EW:14, FE:15, kcal:444	Rigatoni (hausgemacht und Bio), Hackfleischsauce (Rind) ^{13, 15, 21} KH:116, EW:27, FE:8, kcal:605	Spaghetti (hausgemacht und Bio), Gemüsebolognese, Parmesan ^{13, 15, 19, 21} KH:117, EW:27, FE:8, kcal:619
	VEGETARISCH	Kartoffeltasche mit Frischkäse gefüllt, Vollkorn-Gemüsereis, Erbsen in Rahm ^{1, 2, 11, 12, 13, 19, 20, 21} KH:52, EW:9, FE:7, kcal:309	Kartoffel - Lauchauflauf mit Käse überbacken, Tomatensalat mit Schnittlauch ^{15, 19} KH:27, EW:19, FE:30, kcal:459	Nudelaufwurf mit Brokkoli, Champignons und Emmentaler, Griechischer Bauernsalat ^{13, 15, 19} KH:67, EW:28, FE:31, kcal:661	Rahmwirsing, gegrillte Kümmelkartoffeln, Gurkensalat mit Dill ^{12, 13, 19} KH:35, EW:10, FE:10, kcal:280	Buchweizen-Kartoffeltaler, Gemüsevariation der Saison, Sauce Bearnaise. ^{1, 7, 11, 12, 15, 20} KH:37, EW:8, FE:31, kcal:467
	HAUPTGERICHT	Chicken Nuggets, Pommes frites, Zuckererbsen, Ketchup & Mayonnaise ^{1, 7, 11, 12, 13, 15, 19, 20, 21, 22} KH:69, EW:22, FE:32, kcal:631	Vegetarischer Linseneintopf "Omma's Art", Köttbullar vegetarisch., Vollkornbrot ^{1, 7, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 21, 23} KH:68, EW:23, FE:5, kcal:445	Rahmgeschnetztes Gyros Art (Geflügel), Vollkorn Djuvec-Reis, Mischgemüse ^{19, 20} KH:49, EW:28, FE:26, kcal:548	Gedünstetes Lachsfilet, Dillsoße., Salzkartoffeln, Blumenkohl ^{13, 16, 19, 21} KH:36, EW:39, FE:41, kcal:655	Warmer Quark-Kirschaufwurf, Vanillesoße ^{12, 13, 15, 19} KH:55, EW:41, FE:13, kcal:506
	DESSERT	Mandarinen ³ KH:6, EW:1, FE:0, kcal:28	Quarkdessert mit Birnen ^{1, 7, 11, 12, 19} KH:10, EW:8, FE:2, kcal:90	Vanillecreme mit Früchten ^{1, 7, 11, 12, 13, 15, 19} KH:16, EW:3, FE:1, kcal:87	Bircher Müsli mit Apfelwürfel ^{9, 11, 12, 13, 19} KH:28, EW:5, FE:6, kcal:188	Obst vom Buffet

1) mit Geschmacksverstärker, 2) mit Farbstoff, 3) Gewachst, 4) Geschwärzt, 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 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 Mischeiweiß