

Vita Catering // Speiseplan KW 3 / 2022 // 17.01.2022 - 23.01.2022 Weyhe

Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Veggie Day	Veggie Day	Donnerstag	Freitag
<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	Spaghetti (hausgemacht und Bio), Hackfleischsoße vom Rind, Parmesan ^{13, 15, 19, 21} KH:111, EW:40, FE:18, kcal:730	Vollkornnudeln mit Tomaten, Zucchini und Schafskäse, Knoblauch - Champignon - Sahnesoße ^{4, 13, 19} KH:71, EW:32, FE:56, kcal:917	Spätzlepfanne mit gegrilltem Gemüse, Tomatensoße italienische Art, Gurkensalat ^{12, 13, 15, 19, 21} KH:41, EW:10, FE:17, kcal:350	Rigatoni (hausgemacht und Bio), Tomaten - Sahnesoße mit Geflügelschinken, geriebener Hartkäse ^{13, 15, 19} KH:111, EW:27, FE:14, kcal:648	Schmetterlingsnudeln, Käsesoße, Geflügelhackbällchen. ^{2, 13, 15, 19, 22} KH:78, EW:26, FE:26, kcal:648
	VEGETARISCH	Geschmorter Zartweizen mit mediterranem Pfannengemüse, Blattsalat mit Mandarinendressing ^{2, 7, 11, 12, 13, 19} KH:69, EW:13, FE:2, kcal:342	Bratwurst vegetarisch, Kartoffelstampf, Erbsen und Möhren ^{7, 11, 12, 13, 15, 18, 19, 20} KH:31, EW:17, FE:52, kcal:665	Grünkern-Gemüserösti, Kartoffelgratin., geschmortes Linsengemüse (veg.) ^{13, 15, 19, 20, 21} KH:73, EW:25, FE:14, kcal:555	Kartoffelauflauf mit Sahne und Käse überbacken, Gemüseplatte der Saison, Sauce Bearnaise. ^{1, 7, 11, 12, 15, 19, 20} KH:35, EW:10, FE:41, kcal:555	Tomatencremesuppe mit Gemüse und Hörnchennudeln, Pitabrot ^{13, 15, 18, 19, 21, 23} KH:33, EW:6, FE:8, kcal:228
	HAUPTGERICHT	Hühnersuppentopf mit Gemüse und Nudeln, Baguettebrot ^{13, 15, 21} KH:44, EW:22, FE:16, kcal:402	Milchreis, Apfelmus, Zucker und Zimt ^{1, 9, 11, 12, 19} KH:101, EW:10, FE:4, kcal:486	Gemüseschnitzel, Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln, Tomatensoße., Brokkoli ^{13, 15, 18, 19, 21, 22} KH:66, EW:23, FE:50, kcal:778	Mediterrane Fischpfanne in Knoblauchsahne, Vollkorn-Tomatenreis, Mischgemüse ^{16, 19, 20} KH:47, EW:21, FE:16, kcal:414	Schweinebraten mit Backpflaumen, Kartoffelklöße, Apfelrotkohl ^{9, 11, 21, 25} KH:63, EW:30, FE:27, kcal:624
	DESSERT	Sahnequark mit Honig ^{12, 19} KH:10, EW:8, FE:2, kcal:92	Frische Früchte der Saison	Vanillejoghurt ^{12, 13, 19} KH:29, EW:4, FE:2, kcal:147	Creme Tiramisu ^{12, 13, 19} KH:18, EW:3, FE:7, kcal:159	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