

Vita Catering // Speiseplan KW 4 / 2022 // 24.01.2022 - 30.01.2022 Weyhe

Menügruppe	EINZELSPIESEN inkl. Salat und Dessert	Veggie Day	Veggie Day	Mittwoch	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.</p> <p>Gerne richten wir uns nach Ihren Wünschen und geben Ihnen Hilfestellung in allen Belangen einer ernährungsphysiologisch wertvollen und kindgerechten Versorgung!</p>	PASTA	Vollkorn Penne, Tomatensoße italienische Art ¹³ KH:60, EW:12, FE:2, kcal:307	Spaghetti (hausgemacht und Bio), Tomaten-Gemüsesauce, gegrillte Tofustreifen. ^{13, 15, 18} KH:113, EW:32, FE:8, kcal:624	Gabelspaghetti, Champignon-Rahmsauce, Parmesan ^{13, 19} KH:137, EW:26, FE:17, kcal:795	Rigatoni (hausgemacht und Bio), Bolognesesauce (Rind), geriebener Hartkäse ^{13, 15, 19, 21} KH:116, EW:31, FE:11, kcal:644	Ravioli mit Rindfleisch gefüllt, mit Tomatensauce und Käse überbacken ^{2, 13, 15, 19} KH:25, EW:6, FE:8, kcal:202
	VEGETARISCH	Berner Kartoffel-Käserösti, Blumenkohl-Broccoliauflauf. ^{1, 2, 7, 11, 12, 15, 19} KH:29, EW:25, FE:26, kcal:456	Weißer Bohneneintopf "Orientalisch" (vegetarisch), Pitabrot, Tzaziki Dip ^{13, 15, 18, 19, 20, 21, 23} KH:69, EW:23, FE:11, kcal:475	Spinat-Dinkel Knusperplätzchen, Bratkartoffeln, Gemüse in Rahm ^{6, 7, 13, 15, 19, 21, 27} KH:53, EW:11, FE:30, kcal:539	Gebackene Polentatasche, Salzkartoffeln, geschmorter Rosenkohl ^{13, 19} KH:60, EW:13, FE:17, kcal:460	Hausgemachte Gemüsefrikadelle, geschmorter Zartweizen., Rote Bete - Salat ^{1, 2, 7, 11, 12, 13, 15, 21, 22} KH:145, EW:28, FE:9, kcal:788
	HAUPTGERICHT	Asia Reispfanne mit Bambussprossen und Gemüse, Gurkensalat mit Joghurt ^{12, 18, 19} KH:65, EW:9, FE:3, kcal:325	Süße Apfellasagne mit Rosinen, warme Vanillesoße, Zucker und Zimt ^{3, 11, 12, 13, 15, 19, 25} KH:117, EW:16, FE:5, kcal:587	Gegrilltes Hähnchenfilet, Tomaten-Rahmsauce, Kartoffelgratin mit Käse überbacken., Möhrengemüse ¹⁹ KH:35, EW:37, FE:18, kcal:460	Fischragout mit Tomate, Vollkorn Djuvec-Reis, Kaisergemüse ^{4, 16} KH:42, EW:28, FE:27, kcal:530	Grüner Bohneneintopf "Orientalisch" mit Rindfleisch und Knoblauchwurst (Rind), Fladenbrot, Knoblauch Dip ^{13, 15, 18, 19, 21, 22, 23} KH:46, EW:14, FE:5, kcal:315
	DESSERT	Mandarinenquark ^{2, 7, 11, 12, 19} KH:10, EW:9, FE:2, kcal:92	Frische Früchte vom Buffet	Joghurt mit Früchten und Müsli ^{13, 19} KH:31, EW:6, FE:2, kcal:152	Obstauswahl	Ananas - Vanillecreme ^{11, 12, 13, 15, 19} KH:68, EW:3, FE:2, kcal:154

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 Mithelweiß (bei Fleischerzeugnissen)