

# Grundschule Mahlsdorf 01.01. - 05.01.



## Menü 1

### Montag

Neujahr

### Dienstag

Ferien

0kj / 0kcal

### Mittwoch

Milchreis  
Apfelmus  
Rohkost \*

1571kj / 371kcal, Fett 1,6g, gesättigte Fettsäuren 0,9g, Kohlenhydrate 77,7g, Zucker 37,9g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 10,1g, Salz 0,64g

M, Me, La

### Donnerstag

Rindergeschnetzeltes in Bratensoße  
Spätzle  
Dessert \*

2429kj / 578kcal, Fett 16,5g, gesättigte Fettsäuren 6,2g, Kohlenhydrate 70,1g, Zucker 9,2g, Ballaststoffe 5,8g, Eiweiß 33,9g, Salz 3,87g

Sn, G, G1, Ei

### Freitag

Tomaten-Mozzarella-Soße  
Spiralnudeln

1433kj / 339kcal, Fett 6,4g, gesättigte Fettsäuren 2,6g, Kohlenhydrate 56,2g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 2,9g, Eiweiß 12,6g, Salz 2,63g

M, Me, La, G, G1

## Menü 2

### Montag

Neujahr

### Dienstag

Ferien

0kj / 0kcal

### Mittwoch

Hähnchenfilets in süß-saurer Soße  
Basmatireis  
Rohkost \*

1462kj / 345kcal, Fett 3,6g, gesättigte Fettsäuren 0,7g, Kohlenhydrate 59,9g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 1,6g, Eiweiß 17,5g, Salz 3,09g

S, Sn

### Donnerstag

Reisnudel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch"  
Dessert \*

1839kj / 438kcal, Fett 14,4g, gesättigte Fettsäuren 4,9g, Kohlenhydrate 60,2g, Zucker 19,1g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 13,1g, Salz 3,50g

G, G1, Ei

### Freitag

Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf mit Kasseler vom Schwein 20

1487kj / 355kcal, Fett 17,4g, gesättigte Fettsäuren 8,5g, Kohlenhydrate 28,4g, Zucker 5,4g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 18,1g, Salz 2,80g

G, G1, M, Me, La, S

# Grundschule Mahlsdorf 01.01. - 05.01.

## Menü 3

### Montag

Neujahr

### Dienstag

Ferien

0kj / 0kcal

### Mittwoch



Hähnchenfilets in süß-saurer Soße  
Basmatireis  
Rohkost \*

1462kj / 345kcal, Fett 3,6g, gesättigte Fettsäuren 0,7g, Kohlenhydrate 59,9g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 1,6g, Eiweiß 17,5g, Salz 3,09g

S, Sn

### Donnerstag



Rindergeschnetzeltes in Bratensoße  
Spätzle  
Dessert \*

2429kj / 578kcal, Fett 16,5g, gesättigte Fettsäuren 6,2g, Kohlenhydrate 70,1g, Zucker 9,2g, Ballaststoffe 5,8g, Eiweiß 33,9g, Salz 3,87g

Sn, G, G1, Ei

### Freitag



Tomaten-Mozzarella-Soße  
Spiralnudeln

1433kj / 339kcal, Fett 6,4g, gesättigte Fettsäuren 2,6g, Kohlenhydrate 56,2g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 2,9g, Eiweiß 12,6g, Salz 2,63g

M, Me, La, G, G1

**Menü 1**

**Menü 2**

**Mo**

01.01.2018

Ferien

**Di**

02.01.2018

Milchreis  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
 Apfelmus

**Mi**

03.01.2018

Rohkost \*

**Do**

04.01.2018

Rindergeschnetzeltes in Bratensoße  
**Enthält: Senf**  
 Spätzle  
**Enthält: Gluten, Weizen, Eier**  
 Dessert \*

**Fr**

05.01.2018

Tomaten-Mozzarella-Soße  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
 Spiralnudeln  
**Enthält: Gluten, Weizen**

**Mo**

01.01.2018

Ferien

**Di**

02.01.2018

Hähnchenfilets in süß-saurer Soße  
**Enthält: Sellerie, Senf**  
 Basmatireis

**Mi**

03.01.2018

Rohkost \*

**Do**

04.01.2018

Reisnudel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch"  
**Enthält: Gluten, Weizen, Eier**  
 Dessert \*

**Fr**

05.01.2018

Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf mit Kasseler vom Schwein  
**Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie**

*Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.*

---

## Menü 3

---

### Mo

01.01.2018

Ferien

### Di

02.01.2018

### Mi

03.01.2018

Hähnchenfilets in süß-saurer Soße  
**Enthält: Sellerie, Senf**  
Basmatireis

Rohkost \*

### Do

04.01.2018

Rindergeschnetztes in Bratensoße  
**Enthält: Senf**  
Spätzle  
**Enthält: Gluten, Weizen, Eier**  
Dessert \*

### Fr







05.01.2018

Tomaten-Mozzarella-Soße  
**Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose**  
Spiralnudeln  
**Enthält: Gluten, Weizen**

*Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.*

## Legende

---

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
05	geschwefelt	Me	Milcheiweiß
06	geschwärzt	S	Sellerie
07	gewachst	Sb	Soja
08	Phosphat	Sd	Schwefeldioxid
09	Süßungsmittel	Se	Sesam
10	Zuckerart und Süßungsmittel	Sf	Schalenfrüchte
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf1	Mandeln
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf2	Haselnüsse
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf3	Walnüsse
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)	Sf4	Kaschunüsse
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)	Sf5	Pecannüsse
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)	Sf6	Paranüsse
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf7	Pistazien
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)	Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
19	koffeinhaltig	Sn	Senf
20	Nitritpökelsalz	W	Weichtiere
( )	Kann Spuren enthalten von...		