

Grundschule Mahlsdorf

30.04. - 04.05.



Menü 1

Montag

Ferien

0kj / 0kcal

Dienstag

Feiertag

0kj / 0kcal

Mittwoch



Tomatensuppe mit Reis und Rindfleischklößchen
Brötchen-Mix
Obst *

1749kj / 415kcal, Fett 7,2g, gesättigte Fettsäuren 2,7g, Kohlenhydrate 69,0g, Zucker 33,3g, Ballaststoffe 5,6g, Eiweiß 15,2g, Salz 4,02g



G, G1, S, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

Donnerstag



Rührei
Rahmspinat
Salzkartoffeln
Obst *

2086kj / 498kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 57,0g, Zucker 26,7g, Ballaststoffe 8,3g, Eiweiß 16,0g, Salz 3,81g

Ei, M, Me, La

Freitag



Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße 3, 20
Hörnchen-Nudeln

1834kj / 436kcal, Fett 12,2g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 62,5g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 17,0g, Salz 3,53g



Sn, G, G1

Menü 2

Montag

Ferien

0kj / 0kcal

Dienstag

Feiertag

0kj / 0kcal

Mittwoch



Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf
Brötchen-Mix
Obst *

1650kj / 393kcal, Fett 10,6g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 62,6g, Zucker 26,4g, Ballaststoffe 10,2g, Eiweiß 5,9g, Salz 3,15g

S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

Donnerstag



Bami Goreng mit Huhnfleisch
Obst *

2766kj / 658kcal, Fett 22,4g, gesättigte Fettsäuren 3,2g, Kohlenhydrate 77,3g, Zucker 22,3g, Ballaststoffe 7,3g, Eiweiß 32,7g, Salz 6,20g



G, G1, Ei, Sb, Sn

Freitag



Kartoffel-Hack-Auflauf
"Orientalische Art"

1655kj / 395kcal, Fett 18,4g, gesättigte Fettsäuren 7,6g, Kohlenhydrate 35,7g, Zucker 5,0g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 18,5g, Salz 2,80g



G, G1, M, Me, La

Grundschule Mahlsdorf

30.04. - 04.05.



Menü 3

Montag

Ferien
Ferien

0kJ / 0kcal

Dienstag

Feiertag

0kJ / 0kcal

Mittwoch



Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf
Brötchen-Mix
Obst *

1650kJ / 393kcal, Fett 10,6g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Kohlenhydrate 62,6g, Zucker 26,4g, Ballaststoffe 10,2g, Eiweiß 5,9g, Salz 3,15g

S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

Donnerstag



Rührei
Rahmspinat
Salzkartoffeln
Obst *

2086kJ / 498kcal, Fett 20,4g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 57,0g, Zucker 26,7g, Ballaststoffe 8,3g, Eiweiß 16,0g, Salz 3,81g

Ei, M, Me, La

Freitag



Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße 3, 20
Hörnchen-Nudeln

1834kJ / 436kcal, Fett 12,2g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 62,5g, Zucker 9,0g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 17,0g, Salz 3,53g

Sn, G, G1

Menü 1

Menü 2

Mo	Ferien
30.04.2018	
Di	Feiertag
01.05.2018	
Mi	Tomatensuppe mit Reis und Rindfleischklößchen Enthält: Gluten, Weizen, Sellerie Brötchen-Mix Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam Obst *
02.05.2018	
Do	Rührei Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose Rahmspinat Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose Salzkartoffeln Obst *
03.05.2018	
Fr	Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße Enthält: Senf Hörnchen-Nudeln Enthält: Gluten, Weizen
04.05.2018	

Mo	Ferien
30.04.2018	
Di	Feiertag
01.05.2018	
Mi	Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf Enthält: Sellerie Brötchen-Mix Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam Obst *
02.05.2018	
Do	Bami Goreng mit Huhnfleisch Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Soja, Senf Obst *
03.05.2018	
Fr	Kartoffel-Hack-Auflauf "Orientalische Art" Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
04.05.2018	

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

Menü 3

Mo

Ferien

30.04.2018

Ferien

Di

Feiertag

01.05.2018

Mi

Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf

Enthält: Sellerie

Brötchen-Mix

Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam

Obst *

02.05.2018

Do

Rührei

Enthält: Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose

Rahmspinat

Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose

Salzkartoffeln

03.05.2018

Obst *

Fr

Jagdwurstgulasch in milder Tomatensoße

Enthält: Senf







Hörnchen-Nudeln

Enthält: Gluten, Weizen

04.05.2018

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...		