













# Wochenmenü

KW 16, 15.04.2024 - 19.04.2024  
Hort Schatzinsel und Lichtenbergschule


Hausgemacht Bio-Catering GmbH  
Hauptstraße 107  
75056 Sulzfeld  
Telefon: 07269 919908-0  
Fax: 07269 919908-23



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
  Kartoffelgratin Rote Beete - Salat und Obst a, a1, d, e	  Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Petersilienkartoffeln und Obst a, a1, d	 Gemüsepfanne Asia mit Kokos - Currysoße Reis und Obst a, a1, d, e, f	  Rührei mit Kartoffeln und Spinat a, a1, b, d	
 Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e	 Käsespätzle mit Gurkensalat und Obst a, a1, b, d, e, l	  Hausgemachte Semmelklöße mit Champignon - Ragout und Obst a, a1, a2, a4, b, d, e, f	 Gnocchi mit Spinatsoße, und Salat a, a1, b, d, e, f, j, l	



Garantie für Ihre gesunde und genussvolle Ernährung: Zur Herstellung unserer hausgemachten Speisen verwenden wir ausschließlich biologisch erzeugte Lebensmittel. Unsere Produkte sind daher biologische Produkte gemäß Verordnung (EG) Nr 2018/848 .Ausnahme: Bei Verwendung von Wild sind diese Lebensmittel im Speiseplan mit einem \* als 'aus Wildfang stammend' gekennzeichnet. Kurzfristige Änderungen am Speiseplan wegen Verfügbarkeit von Zutaten vorbehalten. Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, a4=Hafer, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf

 Wenn Sie nur diese Essen bestellen, folgen sie den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. .



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 15.04.2024 - 19.04.2024

a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

15.04.2024, Menü 1, Kartoffelgratin Rote Beete-Salat und Obst \* Kartoffelgratin: a,a1,d,e \* Obst (Apfel): keine \* Rote Beete-Salat: e \*  
Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,0 | Fett:3,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,6g

15.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Rote Beete-Salat: e \*  
Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,7 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g |  
Kohlenhydrate:12,5g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,8g

16.04.2024, Menü 1, Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Petersilienkartoffeln und Obst \* Bratensoße (Rind): a,a1,d \* Geflügel-Fleischkäse: keine \*  
Obst (Apfel/Banane): keine \* Petersilienkartoffel: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:230.45/55,3 | Fett:0,4g | davon gesättigte  
Fettsäuren:0,0g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:1,3g | Salz:0,6g

16.04.2024, Menü 2, Käsespätzle mit Gurkensalat und Obst \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Käsespätzle: a,a1,b,d,e \* Obst (Apfel/Banane): keine  
\* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:561.46/134,6 | Fett:5,4g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:15,9g | davon Zucker:3,4g  
| Eiweiß:5,1g | Salz:0,5g

17.04.2024, Menü 1, Gemüsepfanne Asia mit Kokos-Currysoße Reis und Obst \* Gemüsegulasch Asia: a,a1,d,e,f \* Obst (Apfel): keine \* Reis  
(weiss): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:423.19/101,0 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:17,4g |  
davon Zucker:4,2g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,5g

17.04.2024, Menü 2, Hausgemachte Semmelklöße mit Champignon-Ragout und Obst \* Champignon-Ragout: a,a1,d,e \* Obst (Apfel): keine \*  
Semmelklöße: a,a1,a2,a4,b,d,f \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:791.91/189,9 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g |  
Kohlenhydrate:30,4g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:6,7g | Salz:1,1g

18.04.2024, Menü 1, Rührei mit Kartoffeln und Spinat \* Rührei: b,d \* Salzkartoffel: keine \* Spinat: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in  
kJ/kcal:351.96/84,3 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:8,3g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,9g

18.04.2024, Menü 2, Gnocchi mit Spinatsoße, und Salat \* Salat: keine \* Kartoffel-Gnocchi: a,a1,b,f,j \* Salatdressing: e,l \* Spinatsoße: a,a1,d,e \*  
Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:666.21/159,0 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:25,2g | davon Zucker:0,5g |  
Eiweiß:2,5g | Salz:1,0g