

Löwenzahn Speiseplan

Speiseplan vom 16.11.2020 bis 22.11.2020, 47. Kalenderwoche

	Montag 16.11.2020	Dienstag 17.11.2020	Mittwoch 18.11.2020	Donnerstag 19.11.2020	Freitag 20.11.2020
Menü 2	1336,9 kJ 319,2 kcal 9 g 4 g 1,6 g 59,5 g Möhreneintopf mit Grünkernschrot^{Mz, Sl, M} Topping: Petersilie Vollkornbrötchen^G Orange	2008,3 kJ 479,9 kcal 34,5 g 18,5 g 4,1 g 41,8 g Hähnchenbrust Braune Soße^{1, G, Mz, Sf, M} Kartoffeln⁶ Apfel-Fenchelsalat	2008,3 kJ 479,9 kcal 34,5 g 18,5 g 4,1 g 41,8 g Penne mit^G Kürbis-Kokossoße^{G, Mz, M} Topping: Kürbiskerne Birnenmilchdessert^{Mz, M}	1179,7 kJ 282,2 kcal 10 g 4,4 g 870,4 mg 49,6 g Rote Lachs-Soße^{G, Mz, Fi, M} Vollkornreis Weißkrautsalat	1973,6 kJ 472,3 kcal 20,3 g 11,9 g 2 g 68 g Gemüsefrikadelle^{G, Ei} Blumenkohlsoße^{G, Mz, M} Zartweizen^G Kiwi
	Salat & Obst Auswahl	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation regionale Obstauswahl	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation regionale Obstauswahl	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation regionale Obstauswahl	täglich wechselnde Rohkost- oder Blattsalatvariation regionale Obstauswahl

Legende der Inhaltsstoffe

Energie (Kilojoule)	kJ
Energie (Kilokalorien)	kcal
Eiweiß (Protein)	g
Fett	g
gesättigte Fettsäuren	g
Kohlenhydrate, resorbierbare	g

Legende der Zusatzstoffe

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwärzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, - mit Süßungsmittel, - enth. eine Phenylalaninquelle
Legende der Allergene
 G - enth. Gluten, Ei - enth. Ei, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Mz - enth. Milch einschl. Laktose, Fi - enth. Fisch, Sl - enth. Sellerie, N - enth. Schalenfrüchte, E - enth. Erdnüsse, Sf - enth. Senf, Se - enth. Sesam, Sw - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Lu - enth. Lupinen, K - enth. Krebstiere
Legende der Informationen
 M - mit Milcheiweiß

Wareneinsatz wurde auf Basis Lagerpreis berechnet.

DAS PROJEKT



Mehr Informationen gibt es unter:
www.wo-kommt-dein-essen-her.de

Ziel des Projektes ist es, die Herkunft regionaler Bio-Lebensmittel transparent zu machen und die ökologische und soziale Nachhaltigkeit regional erzeugter Bio-Lebensmittel herauszustellen.

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen, bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)



Schweinefleisch

zusätzlich kennzeichnen wir:



Rindfleisch



Speck/Schinken



Geflügelfleisch (Huhn/Pute)



Fisch



Lamm