

AP. Mittagstisch
Andreas Pinkert

Egerer Str. 4g, 82319 Starnberg

Speisekarte

Telefon mobil: 0151/11144724

E-Mail: kidskueche.catering@gmail.com

Web.: www.apmittagstisch.catering

Datum: 28.06.2021 bis 02.07.2021



Woche: KW26	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert		Vegetarisch
Montag	160g Hühnersuppe mit 1 Grießnockerln (A,W,E)	150g Kartoffel mit 100g Blumenkohlaufauf (J) u. Putenschinkenstreifen			150g Kartoffel mit 100g Blumenkohlaufauf (J)
Dienstag	Blattsalat mit Hausdressing	2 Spinat-Käseknödel (J,E) mit 100g Tomatensoße			Spinat-Käseknödel (J,E) mit Tomatensoße
Mittwoch		1 St. Seelachs mit 120g Vollkornreis und 50g Rahmkarotten (J)	80g Äpfel		180g Rigatoni (A,W) mit 100g Gemüsebolognese (C)
Donnerstag		180g Rigatoni (A,W) mit 100g Kichererbsen-Gemüsebolognese (C)	Maracuja-Joghurt (J)		Reis und Rahmerbsen (J)
Freitag	Karottensalat (I) mit Ananas	Käsespätzle (A,W,E,J) mit Röstzwiebeln (A,W)			Käsespätzle (A,W,E,J) mit Röstzwiebeln (A,W)

A glutenhaltiges Getreide : Weizen, Roggen, Grünkern, Dinkel, Gerste, Hafer
B Krebstiere
C Sellerie

D Sesam
E Eier
F Senf
G Weichtiere
H Fisch

I Sulfide/Essig
J Milch/Milchzucker
Lactose
K Schalenfrüchte/Nüsse Mandeln, Haselnüsse,

L Lupinen
M Soja
N Erdnüsse

Senf und Sellerie können immer enthalten sein.

Änderungen vorbehalten!

Die mit * gekennzeichneten Speisen können Phosphat enthalten.

Für Kinder, die kein Schweinefleisch essen, bereiten wir die oben genannten Speisen aus Rind-oder Geflügel-Fleisch zu.
 Für Kinder, die kein Fleisch essen, bereiten wir vegetarische Gerichte zu.

Auch Kinder mit Allergien, können nach Rücksprache bei uns mitessen.

Kennzeichnung für Fleisch:
Schwein = S
Rind = R
Huhn = H
Pute = P

Kennzeichnung für Getreide:
Weizen = W
Roggen = Ro
Grünkern = G
Dinkel = D
Gerste = Ge
Hafer = Ha

Hausdressing: Gemüsebrühe, Senf, Rapsöl, Jodsatz und Zucker.

Häufigkeiten für die Essen in einem Vier-Wochen-Speiseplan (20 Verpflegungstage) auf einen Blick:

- 20 x Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln; davon mind. 4 x Vollkornprodukte
- max. 4 x Kartoffelerzeugnisse
- 20 x Gemüse, davon mind. 8 x Rohkost oder Salat
- mind. 8 x Obst
- mind. 8 x Milch oder Milchprodukte
- max. 8 x Fleisch/ Wurst, davon mind. 4 x mageres Muskelfleisch
- mind. 4 x Seefisch, davon mind. 2 x fettreicher Seefisch