

AP. Mittagstisch Andreas Pinkert

Egerer Str. 4g, 82319 Starnberg

Speisekarte

Telefon mobil: 0151/11144724

E-Mail: kidskueche.catering@gmail.com

Web.: www.apmitagstisch.catering

Datum: 02.11.2021 bis 05.11.2021

Woche: KW44	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert	Feedback	Vegetarisch
Montag		Feiertag		😊 😞 😞	
Dienstag		Vollkornspaghetti (A,W) mit Tomatensoße(C) und Rucola Pesto (K,J)	100g Obst	😊 😞 😞	Vollkornspaghetti (A,W) mit Tomatensoße(C) und Rucola Pesto (K,J)
Mittwoch	50g Paprika Rohkost	150g Kartoffelpüree mit Lachsnuggets und 50g Erbsen		😊 😞 😞	150g Kartoffelpüree mit und 100g Erbsen
Donnerstag		50g Putenbraten an 100g Rahmsoße mit 120g Vollkornreis und 50g Karottengemüse	100g Obst	😊 😞 😞	an 100g Rahmsoße mit 120g Vollkornreis und 100g Karottengemüse
Freitag	Kohlrabi Sticks	100g Kürbisaufguss (A,W,J) mit Butterspätzlen (A,W,E,)		😊 😞 😞	Kürbisaufguss mit Butterspätzlen

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.

Die Gewichtsangaben beziehen sich auf Schulkinder, Kindergarten und Krippenkinder bekommen ca. 25% weniger.

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, Jodsalz 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