

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: 01.03.2021 bis 05.03.2021

Woche: KW9	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert		Vegetarisch
Montag		4 Fleischbällchen (S), Bratensoße(C,A,W), Erbsen und Vollkornreis	Obst		Gemüsepflanzerl mit Bratensoße und Reis
Dienstag		Pizza Margherita (A,W,J) mit Mais	Quark (J) mit Honig und Zimt		Pizza Margherita (A,W,J)
Mittwoch	Blattsalat mit Rote Beete	4 st. Seelachs- Fischstäbchen (A,W,H) mit Kartoffelstampf			Gemüse mit Kartoffelstampf
Donnerstag	Rohkost	Butterspätzle (A,W,E) Rahmsoße(J)			Butterspätzle (A,W,E) und Rahmsoße(J)
Freitag		Linseneintopf mit Karotten, Kartoffeln (C,A,W) und 1 Geflügelwürstchen *	Obst		Linseneintopf (C,A,W) mit 1 Geflügelwürstchen *

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, 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