

**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: 15.03.2021 bis 19.032.2021

Woche: KW11	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert		Vegetarisch
Montag		130g Putengeschnetzeltes mit 120g Butterreis und 30g Erbsen	80g Obst		Sahnesoße mit Butterreis und Erbsen
Dienstag	30g Blattsalat mit Croutons (A,W)	180g Vollkornpasta (A,W,D) mit 120g Thunfischsoße (H)			Vollkornpasta (A,W,D) mit Soße (H)
Mittwoch		150g Kartoffelpüree mit 3 Chicken Nuggets(H) und 30g Maisgemüse	100g Pfirsich-Maracuja Joghurt		Kartoffelpüree (J) mit Maisgemüse
Donnerstag	50g Tomatensalat	180g Spätzle (A,W,E) mit 100g Käsesoße (J)			Spätzle (A,W,E) mit Käsesoße (J)
Freitag	180g Karotten-Cremesuppe	200g Milchreis (J)	50g Zimt Kirschen		Milchreis (J) mit Zimt Kirschen

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, Jodsalt und Zucker.

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

- | | | | |
|---|--|---|--|
| A glutenhaltiges Getreide:
Weizen, Roggen, Grünkern,
Dinkel, Gerste, Hafer | D Sesam
E Ei
F Senf | I Sulfide/Essig
J Milch/Milchzucker
L actose | L Lupinen
M Soja
N Erdnüsse |
| B Krebstiere
C Sellerie | G Weichtiere
H Fisch | K Schalenfrüchte/Nüsse
Mandeln, Haselnüsse, | |

Senf und Sellerie können immer enthalten sein.

Änderungen vorbehalten!

- 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