

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: 12.04.2021 bis 16.04.2021

Woche: KW15	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert		Vegetarisch
Montag		160g Pasta (A,W) mit 100g Aurorasoße (J)	80g Obst		160g Pasta (A,W) mit 100g Aurorasoße (J)
Dienstag		100g Kartoffelsalat (I,C,F) mit 1 Hähnchenschnitzel	100g Erdbeerjoghurt (J)		100g Kartoffelsalat (I,C,F) mit 1 Dinkeltaler
Mittwoch	50g Gurken-Rohkost	160g Spätzle (A,W,E) mit 100g Pilzrahmsauce (J)			160g Spätzle (A,W,E) mit 100g Pilzrahmsauce (J)
Donnerstag	30g Eisbergsalat mit Hausdressing	120g Putengulasch mit 120g Vollkornreis			120g Gemüsepfanne mit 120g Reis
Freitag		1 Fischburger (E) mit 150g Kartoffelpüree (J) und 30g Erbsen	100g Honigquark (J) mit Früchten		1 Spinat-Käseknödel (A,W,E) mit 150g Kartoffelpüree (J) und 30g Erbsen

A glutenhaltiges Getreide:
 Weizen, Roggen, Grünkern,
 Dinkel, Gerste, Hafer

B Krebstiere
C Sellerie

D Sesam
E Ei
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:
S Schwein = S
R Rind = R
H Huhn = H
P Pute = P

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

Hausdressing: Gemüsebrühe, Senf, Rapsöl, Jodsalt 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