

**AP. Mittagstisch
Andreas Pinkert**

Egerer Str. 4g, 82319 Starnberg

Speisekarte für Kinder
Telefon mobil: 0151/11144724
E-Mail: kidskueche.catering@gmail.com
Web.: www.marionskidskueche.de



Datum: 03.05.2021 bis 07.05.2021

Woche: KW18	Vorspeise	Hauptspeise	Dessert		Vegetarisch
Montag		Fleischbällchen (S) mit Bratensoße und Reis	Obst		Fleischbällchen (S) mit Bratensoße und Reis
Dienstag	Rohkost Gurke	Pasta (A,W,D) mit Käsesoße (J)			Vollkornpasta (A,W,D) mit Käsesoße (J)
Mittwoch		Fischstäbchen (A,W,H) mit Karotten-Kartoffelstampf	Quark (J) mit Honig und Heidelbeeren		Gemüse mit Karotten-Kartoffelstampf
Donnerstag	Blattsalat mit Karottenstreifen	Butterspätzlen (A,W,E) mit Rahmsoße und Putengeschnetzelten (A,W,E)			Paprikasoße mit Butterspätzlen (A,W,E)
Freitag		Salzkartoffeln mit Rahmspinat und Rührei (E)	Zitronen-Kuchen (A,W,E)		Bratkartoffeln mit Rührei (E)

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.

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