

wir kochen



Ev. Lukas
Familienzentrum



Montag 28.04.2025 regulär	Dienstag 29.04.2025	Mittwoch 30.04.2025	Wunschtag Rote Gruppe	Donnerstag 01.05.2025	Freitag 02.05.2025
Möhren-Apfel-Rohkost					
Weizen-Vollkornnudeln 1, 1a, 5, 8, 10, 13	Lachsfiletwürfel in Sahnesoße 1, 1a, 2, 5, 6, 8, 9, 10, 20	Hackbraten (Rind) 1, 1a, 5, 10			
Kräuterfrischkäsesoße 1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10	Couscous 1, 1a	Farfalle/Schleifennudeln (Hartweizen) 1, 1a			
	Erbsen-Möhren-Gemüse mit Butter 2b	Brokkoligemüse			
Joghurtspeise 2	Gemischter Obstteller (Apfel,Birne,Ban	Wackelpudding rot mit Van.-Soße eig. 2, 20			
					
				KiTa geschlossen	KiTa geschlossen
laktosefrei					
Möhren-Apfel-Rohkost					
Weizen-Vollkornnudeln 1, 1a, 5, 8, 10, 13	Lachsfiletwürfel in Sahnesoße, lactosefrei 1, 1a, 2b, 5, 6, 8, 9, 10, 20	Hackbraten (Rind) 1, 1a, 5, 10			
Kräuterkäsesoße, l´frei 1, 1a, 2b, 5, 8, 9, 10, 20	Couscous 1, 1a	Farfalle/Schleifennudeln (Hartweizen) 1, 1a			
	Erbsen-Möhren-Gemüse mit Butter 2b	Brokkoligemüse			
Joghurtspeise l´frei 2b	Gemischter Obstteller (Apfel,Birne,Ban	Wackelpudding rot mit Van.-Soße l´frei 2b, 20			

wir kochen



Ev. Lukas
Familienzentrum



Montag	Dienstag	Mittwoch	Wunschtag Rote Gruppe	Donnerstag	Freitag
28.04.2025	29.04.2025	30.04.2025		01.05.2025	02.05.2025
muslimisch					
Möhren-Apfel-Rohkost					
Weizen-Vollkornnudeln 1, 1a, 5, 8, 10, 13	Lachsfiletwürfel in Sahnesoße 1, 1a, 2, 5, 6, 8, 9, 10, 20	Hackbraten (Rind) 1, 1a, 5, 10			
Kräuterfrischkäsesoße 1, 1a, 2, 5, 8, 9, 10	Couscous 1, 1a	Farfalle/Schleifennudeln (Hartweizen) 1, 1a			
	Erbsen-Möhren-Gemüse mit Butter 2b	Brokkoligemüse			
Joghurtspeise 2	Gemischter Obstteller (Apfel,Birne,Ban	Wackelpudding rot mit Van.-Soße eig. 2, 20			
Nährwertangaben (Portion) für das 'reguläre' Essen					
Energie 2098 kJ (499 kcal)	Energie 1914 kJ (456 kcal)	Energie 2353 kJ (557 kcal)	Energie kJ (kcal)	Energie kJ (kcal)	
Fett 13 g	Fett 18 g	Fett 9 g	Fett g	Fett g	
davon ges. Fettsäuren 6 g	davon ges. Fettsäuren 6 g	davon ges. Fettsäuren 2 g	davon ges. Fettsäuren 6 g	davon ges. Fettsäuren g	
Kohlenhydrate 67 g	Kohlenhydrate 49 g	Kohlenhydrate 82 g	Kohlenhydrate g	Kohlenhydrate g	
davon Zucker 24 g	davon Zucker 22 g	davon Zucker 30 g	davon Zucker g	davon Zucker g	
Eiweiß 23 g	Eiweiß 21 g	Eiweiß 33 g	Eiweiß g	Eiweiß g	
Salz 1,3 g	Salz 0,51 g	Salz 0,28 g	Salz g	Salz g	
Ballaststoffe 9 g	Ballaststoffe 6 g	Ballaststoffe 6 g	Ballaststoffe g	Ballaststoffe g	
Allergene 1 Gluten	2 Milch	3 Schalenfrüchte	4 Krebstiere	10 Senf	
1a Weizen	1e Khorasan (Kamut)	3a Mandeln	3e Cashewnüsse	5 Eier	11 Sesam
1b Dinkel	1f Roggen	3b Paranüsse	3f Pecannüsse	6 Fisch	12 Schwefel
1c Einkorn	1g Gerste	3c Haselnüsse	3g Pistazien	7 Erdnüsse	13 Süßlupinen
1d Emmer	1h Hafer	3d Walnüsse	3h Macademia- / Queenslandnüsse	8 Soja	14 Weichtiere
			9 Sellerie	20 weitere Zusatzstoffe	

Änderungen zu der Speisefolge / Rezeptur werden frühzeitig bekannt gegeben.

Bei Fragen zu den Allergenen / Zusatzstoffen wenden Sie sich bitte an die Küche oder an die Fachkräfte in den Gruppen.