

# Qualifizierungsküche Stade ...gesund und lecker essen!



## Speiseplan für Kindergärten und Schulen (1. und 2. KW 2012)

02.01.-06.01.2012		09.01.-13.01.2012	
Vegetarisches Essen		Vegetarisches Essen	
Mo.	Putensteak mit Rahmmöhrrchen und Reis	Mo.	Mildes Schweinegulasch mit bunten Nudeln
			Eier in Senfsoße mit Salzkartoffeln und frischem Salat
			Rote-Beete-Salat
Di.	Steckrübeneintopf mit Geflügelklößchen	Di.	Kartoffel-Karotteneintopf mit Rindfleisch
	Quarkspeise		Vegetarische Tortellini mit Käsesoße
Mi.	Geflügelbratwurst mit Buttererbsen und Kartoffelpüree	Mi.	Reisauflauf mit Tomaten und Zucchini, dazu Kräutersahnesoße
			Sächsische Quarkkeulchen mit Apfelmus
			Gemischter Salat, dazu Hausdressing
Do.	Herzhafte Kartoffelsuppe mit Rindfleischwürfeln	Do.	Rindfleischfrikadelle mit Butterbohnen und Kartoffelpüree
	Milchreis mit Äpfeln		Rösti-schmankerl mit Tomatenreis und Kräuterquark
			Schokoladenpudding
Fr.	Kleine Schweineschnitzel mit Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln	Fr.	Gebratenes Seelachsfilet mit Paprikagemüse und Vollkornnudeln
			Couscous mit einem Obst-Gemüsepotpourrie

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffliste

Wir verwenden nur in Ausnahmefällen Lebensmittel mit kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffen.

Farbstoffe 1, Konservierungsstoffe 2, Antioxidationsmittel 3, Geschmacksverstärker 4, Schwefeldioxid 5, Schwärzungsmittel 6, Phosphat 7, Milcheiweiß 8, Koffeinhaltig 9, Chininhaltig 10, Süßungsmittel 11, Phenylalaninquelle 12, gewachst 13