

Qualifizierungsküche Stade

...gesund und lecker essen!

Speiseplan für Kindergärten und Schulen (47. und 48. KW)

21.11.-25.11.2011

Vegetarisches Essen

Mo.	Kartoffel-Gemüse-Topf und Ratatouillesoße <i>Rohkost</i>
Di.	Hackbraten (vom Rind) mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln
Mi.	Putensteak auf Pilzrahmsoße und Reis <i>Grießpudding</i>
Do.	Hamburger mit Rindfleisch, Sesambrötchen, Tomate, Gurke und Gewürzketchup
Fr.	Bunte Nudeln mit Gemüse, Schinkenstreifen (vom Schwein) und Tomatensoße <i>Obst</i>

Mo.	Gnocchi-Gemüsepfanne mit cremiger Brokkolissoße <i>Rohkost</i>
Di.	Tomatensuppe mit vegetarischen Klößchen und Reis
Mi.	Linsenbolognese auf Kräuter-spaghetti <i>Grießpudding</i>
Do.	Vegetarische Erbsensuppe mit Kartoffelwürfeln und Gartenkresse
Fr.	Gefüllte Paprikaschote mit Gemüsestreifen und Kartoffel-püree <i>Obst</i>

28.11.-02.12.2011

Vegetarisches Essen

Mo.	Gebratene Hähnchenkeule mit Rahmmöhrrchen und Kartoffelpüree <i>Obst</i>
Di.	Currywursttopf mit Gemüsereis <i>Quarkspeise</i>
Mi.	Hähnchenschnitzel mit Geflügel-soße, Spitzkohl und Salz-kartoffeln
Do.	Fischnuggets mit Kartoffelpüree <i>Apfel-Möhren-Salat</i>
Fr.	Saftiges Gulasch (vom Schwein) mit Paprika u.Zwiebeln, dazu Vollkornnudeln

Mo.	Gemüseschnitzel mit Tomaten-spaghetti <i>Obst</i>
Di.	Vegetarische Tomatensuppe mit Gemüse <i>Quarkspeise</i>
Mi.	Pizza "Napoli" mit Paprika, Champignons, Brokkoli, Mais, Tomatensoße u. Edamer
Do.	Bunte Tortellini mit Käse-Sahne-Soße <i>Apfel-Möhren-Salat</i>
Fr.	Gefüllte Zucchini mit Zwiebeln, Äpfeln, Käse und Kräuter-kartoffeln

8

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