SPEISEPLAN
Hunger auf Gut

Speiseplanwoche **16**
vom 15.04.2024 bis 19.04.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Menü 1	kcal: 604, KJoule: 2538, Fett: 18,82 g, ges. Fettsäuren: 4,16 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 92,28 g, Zucker: 10,42 g, Eiweiß (Protein): 13,00 g, Gesamt Kochsalz: 4,51 g	kcal: 415, KJoule: 1699, Fett: 18,97 g, ges. Fettsäuren: 11,77 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 34,87 g, Zucker: 6,51 g, Eiweiß (Protein): 21,97 g, Gesamt Kochsalz: 4,09 g	kcal: 500, KJoule: 2111, Fett: 12,48 g, ges. Fettsäuren: 6,87 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 79,59 g, Zucker: 6,83 g, Eiweiß (Protein): 16,52 g, Gesamt Kochsalz: 4,39 g	kcal: 493, KJoule: 2048, Fett: 25,20 g, ges. Fettsäuren: 10,67 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 43,47 g, Zucker: 8,04 g, Eiweiß (Protein): 19,84 g, Gesamt Kochsalz: 5,81 g
Menü 2	kcal: 869, KJoule: 3628, Fett: 39,12 g, ges. Fettsäuren: 10,02 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 97,85 g, Zucker: 13,29 g, Eiweiß (Protein): 24,77 g, Gesamt Kochsalz: 6,16 g	kcal: 431, KJoule: 1795, Fett: 19,21 g, ges. Fettsäuren: 10,44 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 40,69 g, Zucker: 10,31 g, Eiweiß (Protein): 20,76 g, Gesamt Kochsalz: 2,20 g	kcal: 568, KJoule: 2383, Fett: 23,84 g, ges. Fettsäuren: 13,05 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 68,01 g, Zucker: 41,87 g, Eiweiß (Protein): 22,61 g, Gesamt Kochsalz: 1,37 g	kcal: 746, KJoule: 3119, Fett: 40,49 g, ges. Fettsäuren: 21,73 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 68,37 g, Zucker: 15,53 g, Eiweiß (Protein): 25,64 g, Gesamt Kochsalz: 3,21 g
Salat	kcal: 53, KJoule: 222, Fett: 3,67 g, ges. Fettsäuren: 0,28 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 3,88 g, Zucker: 1,47 g, Eiweiß (Protein): 0,89 g, Gesamt Kochsalz: 0,57 g	kcal: 41, KJoule: 170, Fett: 2,76 g, ges. Fettsäuren: 0,08 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 2,48 g, Zucker: 2,46 g, Eiweiß (Protein): 0,88 g, Gesamt Kochsalz: 1,06 g	kcal: 43, KJoule: 180, Fett: 2,88 g, ges. Fettsäuren: 0,42 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 2,69 g, Zucker: 2,33 g, Eiweiß (Protein): 1,26 g, Gesamt Kochsalz: 0,83 g	kcal: 67, KJoule: 277, Fett: 3,49 g, ges. Fettsäuren: 0,07 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 6,90 g, Zucker: 6,81 g, Eiweiß (Protein): 0,83 g, Gesamt Kochsalz: 1,07 g
Dessert	kcal: 208, KJoule: 882, Fett: 2,34 g, ges. Fettsäuren: 1,50 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 41,40 g, Zucker: 29,40 g, Eiweiß (Protein): 4,95 g, Gesamt Kochsalz: 0,31 g	kcal: 30, KJoule: 126, Fett: 0,97 g, ges. Fettsäuren: 0,63 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 4,43 g, Zucker: 3,44 g, Eiweiß (Protein): 0,90 g, Gesamt Kochsalz: 0,06 g	kcal: 91, KJoule: 381, Fett: 1,23 g, ges. Fettsäuren: 0,81 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 9,98 g, Zucker: 9,98 g, Eiweiß (Protein): 8,49 g, Gesamt Kochsalz: 0,10 g	kcal: 147, KJoule: 619, Fett: 5,60 g, ges. Fettsäuren: 3,97 g, Kohlenhydrate, resorbierbare: 21,47 g, Zucker: 20,35 g, Eiweiß (Protein): 1,18 g, Gesamt Kochsalz: 0,02 g

Wir sind zertifiziert
DE-ÖKO-006

Die Menüs mit dem -Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen und Kitas“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Zu dieser gehören noch täglich Salat und Stückobst.

Allergene und Zusatzstoffe siehe Aushang

Stiftung KBZO

Das Küchenteam wünscht einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten.