



KW 43	Juniormenü
Montag 19.10.2026	"Der Froschkönig" Tortellini und Käse-Sahnesoße *** Obst der Saison BE: 0,4 - 216 kcal - F: 20g, EW: 4g, KH: 5g Glutenh.-Weizen, Milchprodukte, Sellerie
Dienstag 20.10.2026	"Räuber Hotzenplotz" Pfannkuchen und Apfelmus vom Elstar-Apfel *** Gemüsesnack Gurken BE: 4,3 - 324 kcal - F: 9g, EW: 11g, KH: 51g Eier, Glutenh.-Weizen, Milchprodukte
Mittwoch 21.10.2026	"Popeye und Olivia" Gebackenes Seelachsfilet, Langkornreis und Kräutersoße mit Basilikum *** Quark mit Heidelbeeren BE: 3,7 - 430 kcal - F: 14g, EW: 34g, KH: 45g Eier, Fisch, Glutenh.-Weizen, Milchprodukte, Mind. 10% Frucht
Donnerstag 22.10.2026	"Garfield" Milchschnitzel, Heemser Salzkartoffeln und Kräutersoße mit Ratatouille-Gemüse *** Pudding BE: 3,0 - 162 kcal - F: 1g, EW: 3g, KH: 36g Eier, Glutenh.-Hafer, Glutenh.-Weizen, Milchprodukte
Freitag 23.10.2026	"Der Kartoffelkönig" Kartoffelsuppe mit Karotte, Würstchen und Brötchen *** Berliner BE: 0,0 - 0 kcal - F: 0g, EW: 0g, KH: 0g Glutenh.-Weizen, Hähnchen/Pute, Milchprodukte, Nitrit, Eier, Zuckerart