

















## Kinder-Speiseplan KW 44/2021

	Montag 01.11.2021	Dienstag 02.11.2021	Mittwoch 03.11.2021	Donnerstag 04.11.2021	Freitag 05.11.2021
Kitafit		Klarer Gemüseeintopf mit Kartoffeln und Putensaiten 	Dorsch nuggets mit Dillsauce dazu Kartoffeln und Brokkoli U3 	Linsen mit Spätzle und Putensaiten U3 	Hähnchenschnitzel natur an Rahmsauce dazu gebackene Kartoffeln und Gurkensalat 
Vegifit		Kartoffel-Spinat-Auflauf dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing* 	Kartoffelcremesuppe Apfelpannkuchen mit Vanillesauce 	Spinat mit Kartoffeln und Eieromelette 	Mildes Gemüsecurry mit Vollkornreis U3 
Wahl Menü		Tortellini mit stückiger Schmortomatensauce dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing* U3 	Vegetarische Cannelloni mit Käsesauce dazu Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing* 	Penne mit Rinderhack in Tomatengemüse dazu Farmersalat 	Teigwaren mit Gemüsebolognese und Gurkensalat 
Dessert		Schokopudding	Kiwi	Banane	Grießbrei
Beilagensalat		Blattsalat mit Joghurt-Dressing*	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing*	Farmersalat	Gurkensalat
Sonderkost <small>Einzelportion verpackt (Gluten-, Milch- und Eifrei)</small>		Buntes Gemüsecurry mit Reis 	Fischfilet an Currysauce mit Reis und Karottengemüse 	Hähnchenbrust an Bratensauce mit Polenta und Spinat 	Nudeln mit Bolognese 
Gut zu wissen...		Wir lieben <b>Gemüse!</b> Vor allem dann, wenn es knackig-frisch und bunt ist. Gemüse wird bei uns immer "blanchiert": Hierzu wird Gemüse kurz in sprudelnd kochendem Wasser gegart und anschließend in Eiswasser rasch abgekühlt. Farbe, Struktur, Vitamine und Eigengeschmack des Gemüses bleiben dadurch erhalten. <b>Spinat</b> bleibt sattgrün, <b>Karotten</b> leuchtend orange!	2021 ist das "Internationale Jahr für <b>Obst</b> und Gemüse". Die Bedeutung von Obst und Gemüse in der täglichen Ernährung soll dadurch verdeutlicht werden. Obst hat wenig Kalorien, versorgt uns mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen, enthält gesundheitsfördernde sekundäre Pflanzenstoffe und reichlich Ballaststoffe. Heute gibt es zum Dessert regionales & saisonales Obst.	Nicht nur bei uns werden <b>Linsen</b> gerne gegessen. Jede Nation hat ihre Art und Weise Linsen zuzubereiten. In Italien geht nichts über einen frischen Linsensalat mit Salbei, Knoblauch, Zwiebeln und Olivenöl. In Frankreich mag man die Linsen noch mit Petersilie und Rotwein verfeinert. Indische Currygerichte kombinieren Linsen mit Reis, Gemüse, Fisch oder Fleisch.	Obwohl <b>Milch</b> hauptsächlich aus Wasser (87%) besteht, ist sie nicht farblos, sondern weiß. Tatsächlich ist die Milch jedoch nicht weiß, es erscheint nur so. Das Wasser bildet mit dem enthaltenen Fett eine Emulsion, d. h. Fett ist in Tröpfchen von weniger als tausendstel Millimeter verteilt. Diese Tröpfchen reflektieren das Licht und streuen es in alle Richtungen. Diese Reflexe nimmt das Auge als Farbe wahr.



Katzenbachstraße 93 70563 Stuttgart Tel. 0711 / 65 69 63 37 Fax: 0711 / 65 69 63 39

hunger@beerschwinger-menuservice.de  
www.beerschwinger-menuservice.de

Änderungen vorbehalten.

Informationen über die enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe erhalten Sie vom Personal bzw. finden Sie auf der Rückseite!

# Allergene Zusatzstoffe

KW 44 11. - 05. 11. 2	Allerheiligen	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Kitafit</b>		Klarer Gemüseeintopf mit Kartoffeln und Putensaiten AW,AG,B,G,I,J, Z 2,3,7	Dorschnuggets mit Dillsauce dazu Kartoffeln und Brokkoli AW,AG,B,D,F,G ,I,J,Z	Linsen mit Spätzle und Putensaiten AW,AG,B,F,G,I, J,Z 2,3,7	Hähnchenschnitzel natur an Rahmsauce dazu gebackene Kartoffeln und Gurkensalat AW,AG,B,F,G,I, J,Z 2,3
		Kartoffel-Spinat-Auflauf dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing* AW,AG,B,F,G,I, J,Z 1	Kartoffelcremesuppe Apfelpfannkuchen mit Vanillesauce AW,AG,B,F,G,I, J,Z 1	Spinat mit Kartoffeln und Eieromelette AW,B,F,G,I,J,Z	Mildes Gemüsecurry mit Vollkornreis AW,B,I,J,Z
<b>WahlMenü</b>		Tortellini mit stückiger Schmortomatensauce dazu Blattsalat mit Joghurt-Dressing* AW,AG,B,F,G,I, J,Z 1	Vegetarische Cannelloni an Käsesauce dazu Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing* AW,AG,B,F,G,I, J,Z 1	Penne mit Rinderhack in Tomatengemüse mit Farmersalat AW,AG,B,F,G,I, J,Z 1,3	Teigwaren mit Gemüsebolognese und Gurkensalat AW,AG,B,F,G,I, J,Z 2,3
		Schokopudding AW,B,Z	Kiwi 9	Banane 9	Grießbrei AW,B,Z
<b>Beilagensalat</b>		Blattsalat mit Joghurt-Dressing* AW,AG,B,F,G,I, J,Z	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing* AW,AG,B,F,G,I, J,Z	Farmersalat AW,B,F,J,Z 1,3	Gurkensalat J,Z 2,3
		Buntes Gemüsecurry mit Reis J,Z	Fischfilet an Currysauce mit Reis und Karottengemüse D,J,Z	Hähnchenbrust an Bratensauce mit Polenta und Spinat J,Z	Nudeln mit Bolognese J,Z

## Allergene:

AW Gluten, Weizen  
AR Gluten, Roggen  
AG Gluten, Gerste  
AH Gluten, Hafer  
AD Gluten, Dinkel  
B Milch, Laktose  
C Krebstiere  
D Fische  
E Weichtiere

F Eier  
G Senf  
H Sesamsamen  
I Soja  
J Sellerie  
KM Schalenfrüchte, Mandeln  
KH Schalenfrüchte, Haselnüsse  
KK Schalenfrüchte, Cashewnüsse  
KPE Schalenfrüchte, Pecannüsse

KPA Schalenfrüchte, Paranüsse  
KPI Schalenfrüchte, Pistazien  
KMC Schalenfrüchte, Macadamia-/Queenslandnüsse  
KW Schalenfrüchte, Walnüsse  
L Erdnüsse  
M Schwefeldioxid + Sulfit  
N Lupine

Z wir weisen keine Kreuzkontamination und Spuren von Allergenen aus  
Obst gewachst, vor Verzehr waschen.

## Zusatzstoffe:

1 mit Farbstoff  
2 mit Konservierungsstoff  
3 mit Antioxidationsmittel  
4 mit Geschmacksverstärker  
5 geschwefelt  
6 geschwärzt  
7 mit Phosphat  
8 mit Süßungsmittel  
9 gewachst