

# Goldmenüs-Kids

Angebotsänderungen vorbehalten wir sind zertifiziert

Unsere hausgeigenen Produkte sind ohne Zugabe von Zusatzstoffen

Nährwertangaben im Durchschnitt je Portion

Schule: Werner Vogel

(DE-ÖKO-039)



wir sage JA zu 100% ÖKO-POWER für eine Co2 reduzierte Produktion

SS Sesam Lu Lupinen

Se Sellerie So Soja

La Lactose M Milch

SF Senf V Vegetarisch

Schalenfrüchte Nüsse

Eier

mit Erbsen mit Karotte

1-mit Farbstoff, 2-mit Konservierungsmittel, 3-mit Antioxidationsmittel, 4-mit Geschmacksverstärker, 5-geschwefelt, 7-gewachst, 8-mit Süßungsmittel, 9-mit Phosphat, g-Sulfite

Achtung: unsere tierischen Produkte sind nur praktisch Knochen- und Grätenfrei!

Jahr 2022		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
18.04.	K 1	Ostermoring	<b>Grüne Bohneneintopf</b> mit Kartoffeln, Kirsch-Bananesaft	<b>Jägerschnitte</b> Tomatensauce, Gabelspaghetti, Obst	<b>Fischfiguren</b> Rahmspinat, Kartoffelstampf, Erdbeer-Apfelmus	<b>Hähnchenbrustfilet</b> Blumenkohl mit heller Sauce, Kartoffeln, Birnenkompott (3)
			E 4 Fett 3 KH 35 KJ 813 BE 2,8	E 16 Fett 20 KH 57 KJ 2012 BE 4,1	E 17 Fett 27 KH 57 KJ 2298 BE 4,5	E 19 Fett 16 KH 46 KJ 1715 BE 2,8
			<b>Gemüsefrikadelle</b> Tomatenrahmsauce, Kartoffelpüree, Kirsch-Bananesaft (g)	<b>Seelachsfilet</b> milde Senfsauce, Reis mit Gemüsestreifen, Obst (g)	<b>Gemüse-Nuggets</b> fruchtige Currysource, bunte Nudelfliegen, Erdbeer-Apfelmus (2)	<b>Nudelsuppe</b> mit Hühnerfleisch und buntem Gemüse, Birnenkompott (3)
				E 14 Fett 22 KH 63 KJ 2124 BE 4,9	E 19 Fett 25 KH 57 KJ 2115 BE 4,0	E 12 Fett 13 KH 86 KJ 2201 BE 7,2
22.04.	K 3	vegetarisch	<b>Gemüsefrikadelle</b> Tomatenrahmsauce, Kartoffelpüree, Kirsch-Bananesaft (g)	<b>Kartoffelsuppe</b> mit vegetarischen Würstchen, Obst (1)	<b>Gemüse-Nudel-Suppe;</b> Grießbrei, Zucker & Zimt, Erdbeer-Apfelmus	<b>Gnocchi-Zucchini-Mais-Pfanne</b> Tomatenragout, Raibekäse, Birnenkompott(3)
(+€ 0,75)	K 4	<b>Blumenkohlcremesuppe;</b> Eierkuchen, Apfelmus	<b>Reiseintopf</b> mit buntem Gemüse, dazu Brätchen, Vanillepudding	<b>Rindfleischbällchen</b> in Sauce, Blumenkohl, Kartoffeln, Apfel-Direktsaft (3)	<b>Fischstäbchen</b> (aus Wildfang-Panade Bite) Petersiliensauce, Kartoffelstampf, Gurkensalat (3)	
BIO	BIO-KIDS	E 11 Fett 7 KH 67 KJ 1628 BE 4,5	E 11 Fett 4 KH 67 KJ 1508 BE 7,3	E 19 Fett 11 KH 80 KJ 1635 BE 3,9	E 19 Fett 15 KH 47 KJ 1691 BE 3,6	
25.04.	K 1	Brüheis mit buntem Gemüse, Vollkornsandwich (enthält Gluten), Apfelmus	<b>Puteklößchen (Königsberger Art)</b> Kapernsauce, Kartoffeln, Apfelsaft (g)	<b>Rinderbolognese</b> Bunte Spirelli, Obst	<b>Pichelsteiner Eintopf</b> dazu Dip-Brätchen (enthält Gluten), Gurken-Tomatensalat (g)	<b>Chicken Nuggets</b> Tomatenrahmsauce, Kartoffelpüree, Schokopudding (9,g)
			E 8 Fett 2 KH 62 KJ 1301 BE 5,8	E 22 Fett 9 KH 86 KJ 2218 BE 6,9	E 6 Fett 3 KH 29 KJ 714 BE 2	E 19 Fett 39 KH 71 KJ 3011 BE 6,0
			<b>Hähnchenschnitzel</b> Sauce, Erbsen, Kartoffeln, Apfelmus	<b>Rote Linseneintopf</b> mit Kartoffel- und Gemüsestücken, Vollkornbrot (enthält Gluten), Obst (3,g)	<b>Lachsragout</b> in Senf-Zitronen-Dillsauce, grober Kartoffelstampf, Gurken-Tomatensalat (g)	<b>Tortellini mit Gemüsefüllung</b> an Spinat-Käsesauce, Schokopudding (3,4)
				E 22 Fett 19 KH 64 KJ 2171 BE 5,8	E 20 Fett 5 KH 77 KJ 1893 BE 6,2	E 21 Fett 22 KH 35 KJ 1786 BE 2,7
29.04.	K 3	vegetarisch	<b>Buchstaben-Gemüsesuppe;</b> Quarkkästchen, dazu Apfelmus	<b>Eierragout</b> in Kräuter-Senfsauce, grober Kartoffelstampf, Apfelsaft (g)	<b>Semmelknödel</b> Sauce mit Champignons, Apfelrotkohl, Obst (3)	<b>Tomaten-Roissuppe</b> dazu Dip-Brätchen (enthält Gluten), Gurken-Tomatensalat (g)
(+€ 0,75)	K 4	<b>Gemüseklößchen</b> in fruchtiger Currysource, Karotten, Reis, Schokopudding	<b>Nudelsuppe mit Gemüse;</b> Dinkelgrießbrei, Erdbeer-Apfelmus	<b>Bunter Gemüseintopf</b> mit Reis und Würstchen, Erdbeerquarkspeise (2,3)	<b>Nudelhörchen</b> Tomatensauce, dazu Raibekäse, Obst	<b>Kürbis-Apfelsuppe;</b> kleine Kartoffel-Röstis, Zucker & Zimt, Apfel-Birnenkompott (3)
BIO	BIO-KIDS	E 12 Fett 10 KH 75 KJ 1863 BE 6,0	E 18 Fett 20 KH 47 KJ 1880 BE 3,7	E 14 Fett 9 KH 99 KJ 2290 BE 5,3	E 7 Fett 8 KH 41 KJ 1091 BE 3,1	E 8 Fett 14 KH 63 KJ 1755 BE 5,7
E 13 Fett 12 KH 78 KJ 2022 BE 7,6	E 12 Fett 12 KH 49 KJ 1514 BE 4,0	E 19 Fett 10 KH 37 KJ 1286 BE 3,0	E 17 Fett 11 KH 108 KJ 2565 BE 8,5	E 17 Fett 15 KH 32 KJ 1393 BE 2,6		
02.05.	K 1	Gabelspaghetti an Gemüse-Tomaten-Sauce, Raibekäse, Obst	<b>Fischstäbchen</b> , Dillsauce, feine Buttererbsen, Kartoffelpüree, Rührkuchen (g)	<b>Nudel-Gemüse-Suppe;</b> Milchreis, Zucker & Zimt, Apfelmus	<b>Putengulasch</b> Bolkengemüse, Kartoffeln, Banane	<b>Karotteneintopf</b> mit Kartoffeln und Hühnerfleisch, Pfirsichkompott
			E 15 Fett 11 KH 72 KJ 1874 BE 5,6	E 10 Fett 11 KH 68 KJ 1671 BE 6,0	E 27 Fett 10 KH 70 KJ 1980 BE 5,4	E 20 Fett 2 KH 33 KJ 1025 BE 3,0
			<b>Königsberger Klöße</b> Kapernsauce, Kartoffeln, Obst (g)	<b>vegetarische Bolognese</b> aus roten Linsen und Gemüse, Makkaroni, Apfelmus (3)	<b>Schokopuddingsuppe</b> dazu Milchbrätchen (enthält Gluten), Banane	<b>Hähnchenschnitzel</b> an Tomatensauce, Nudelschleifen, Pfirsichkompott
				E 12 Fett 19 KH 58 KJ 1900 BE 4	E 15 Fett 4 KH 88 KJ 1895 BE 7,3	E 14 Fett 20 KH 76 KJ 2263 BE 7,0
06.05.	K 3	vegetarisch	<b>Gemüseintopf</b> mit Kartoffeln, Brot (enthält Gluten), Obst	<b>Rührei</b> Spinat, Kartoffeln, Gurkensalat (3)	<b>Kräuterragout</b> Kartoffeln, Gurkensalat, Apfelmus (g)	<b>Falafelbällchen</b> fruchtige Mango-Kokos-Sauce mit Gemüsestreifen, Reis mit Kichererbsen, Banane (2,3)
(+€ 0,75)	K 4	<b>Kürbis-Apfelsuppe;</b> Eierkuchen, Süßkirschenkompott (3)	<b>Chicken Nuggets</b> fruchtige Tomatensauce, Spirelli, Himbeerjoghurt	<b>Linseintopf</b> mit Würstchen, Obst (2,3)	<b>Seelachsfilet</b> (aus Wildfang) Dill-Zitronensauce mit Senf, Kartoffelstampf, Gurkensalat mit Mais (3)	<b>Nudelsuppe mit Gemüse und Eistich;</b> Hefekloße, dazu warme Vanillesauce, Pfirsichkompott (1)
BIO	BIO-KIDS	E 7 Fett 2 KH 53 KJ 1103 BE 4,2	E 17 Fett 16 KH 44 KJ 1650 BE 3,0	E 19 Fett 12 KH 57 KJ 1760 BE 5,0	E 11 Fett 17 KH 90 KJ 2377 BE 7,2	E 14 Fett 10 KH 85 KJ 2060 BE 5,8
E 11 Fett 7 KH 83 KJ 1552 BE 4,6	E 24 Fett 20 KH 76 KJ 2270 BE 5,6	E 16 Fett 11 KH 75 KJ 2018 BE 6,5	E 24 Fett 6 KH 41 KJ 1350 BE 3,0	E 25 Fett 11 KH 43 KJ 1570 BE 3,2		
09.05.	K 1	Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüse, bismische Knödel, Obst	<b>Fisch Nuggets</b> feiner Spinat, grober Kartoffelstampf, Apfelsaft (g)	<b>Gelber Erbseneintopf,</b> mit Geflügel Würstchen, Apfelmus (2,3,9)	<b>Seelachsfilet</b> Senf-Petersiliensauce, Reis mit Fingermöhren, Gurkensalat (g)	<b>Rindergulasch</b> Kohlrabi-Karottengemüse, Kartoffeln, Kirschkompott
			E 24 Fett 5 KH 65 KJ 1675 BE 7,7	E 20 Fett 17 KH 48 KJ 1609 BE 4,0	E 23 Fett 13 KH 47 KJ 1662 BE 3,7	E 16 Fett 9 KH 58 KJ 1682 BE 4,3
			<b>Reispfanne</b> mit Brokkoli und bunten Karotten, Petersiliensauce, Obst	<b>Rinderfrikadelle</b> Sauce, Apfelrotkohl, kleine Klöße, Apfelsaft	<b>Vollkornmudal-Gemüse-Auflauf</b> dazu Apfelmus	<b>Chicken Nuggets</b> Tomatensauce, Gabelspaghetti, Kirschkompott (9)
				E 7 Fett 7 KH 64 KJ 1475 BE 4,9	E 12 Fett 12 KH 55 KJ 1623 BE 3,3	E 13 Fett 13 KH 52 KJ 1626 BE 4,6
13.05.	K 3	vegetarisch	<b>Bunte Spirelli</b> zu Champignonsauce, Raibekäse, Obst	<b>Reistopf</b> mit buntem Gemüse, Fladenbrot (enthält Gluten+Milch), Apfelsaft	<b>Blumenkohlsuppe;</b> Eierkuchen, dazu Apfelmus	<b>Tortellini mit Gemüsefüllung</b> zu vegetarischer Bolognese mit roten Linsen, Raibekäse (M), Gurkensalat (3,4)
(+€ 0,75)	K 4	<b>Nudel-Gemüsesuppe;</b> Milchreis, Zucker & Zimt, Apfelmus	<b>Falafelbällchen</b> in Petersiliensauce, Couscous mit Gemüse, Gurkensalat mit Joghurt	<b>Vegetarische Ravioli</b> Tomatenrahmsauce, Raibekäse, Obst	<b>Bratwurst</b> Sauce, Rotkohl, Kartoffeln, Joghurt mit Birne (3)	<b>Gemüsesuppe;</b> Dinkelgrießbrei, Zucker & Zimt, Kirschkompott
BIO	BIO-KIDS	E 16 Fett 11 KH 66 KJ 1805 BE 5,4	E 7 Fett 2 KH 53 KJ 1100 BE 4,5	E 13 Fett 10 KH 71 KJ 1801 BE 5,5	E 21 Fett 15 KH 67 KJ 2127 BE 6,9	E 11 Fett 11 KH 50 KJ 1452 BE 4,1
E 9 Fett 11 KH 67 KJ 1711 BE 4,0	E 15 Fett 10 KH 64 KJ 1727 BE 3,3	E 20 Fett 23 KH 73 KJ 2432 BE 5,8	E 16 Fett 18 KH 56 KJ 1921 BE 3,3	E 6 Fett 5 KH 70 KJ 1513 BE 4,6		