



# Speisekarte für die Woche vom 17.10. – 21.10.2011

Zertifizierter Betrieb für die Belieferung von Kindergärten und Schulen / Zul.Nr. DE NW 70185



NRW-SchulN

53819 Neunkirchen, Henneferstraße 2  
 Telefon: 02247 9461001 Fax: 02247 9461011

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Hauptgerichte</b>	<b>Gericht 1</b> 10008 Nudeln mit Tomatensugo Nährwert: F=6, E=15,9, Kh=81,0	10009 Vollkornnudeln mit Tomatensugo F=7,0, E=15,9, Kh=72,0	10008 Nudeln mit Tomatensugo F=6,0, E=15,9, Kh=81,0	10009 Vollkornnudeln mit Tomatensugo F=7,0, E=15,9, Kh=72,0	10008 Nudeln mit Tomatensugo F=6,0, E=15,9, Kh=81,0
	<b>Gericht 2</b> 40010 Geflügelkardelle mit Geflügelsoße F=14,0, E=18,9, Kh=6,4	30009 Rindergulasch mit Paprika & Zwiebeln F=2,7, E=9,9, Kh=4,9	50016 Eieromelett F=9,0, E=17,0, Kh=5,0	13005 Erbsensuppe mit Geflügelwieners F=17,4, E=11,6, Kh=9,9	14005 Fischstäbchen mit Dip F=8,0, E=12,6, Kh=15,0
	<b>Gericht 3</b> 50012 Hackbällchen mit süß-sauer-Soße F=15,0, E=17,4, Kh=19,3	50013 Hackbällchen mit süß-sauer-Soße F=15,0, E=17,4, Kh=19,3	50017 Hackbällchen mit süß-sauer-Soße F=15,0, E=17,4, Kh=19,3	10010 Hackbällchen mit süß-sauer-Soße F=15,0, E=17,4, Kh=19,3	14005 Hackbällchen mit süß-sauer-Soße F=15,0, E=17,4, Kh=19,3
	<b>Gericht 4</b> 60011 gefüllte Kartoffeltasche mit Kräuterosse F=10,0, E=2,9, Kh=21,0	11022 Kohlrabi-Käse-Taler mit Holländischer Sauce F=5,5, E=5,2, Kh=11,0	11023 Vegt. Kloppse in Sauce F=19,0, E=23,9, Kh=19,8	10010 Tortellini mit Spinat & Käse in Rahmsauce g.m.e., s.o., s.e.	14005 Kartoffel-Spinat-Auflauf F=5,1, E=2,1, Kh=4,1
	<b>Krabbler</b> 11021 Möhren - Pastinaken - Fenchel- Kartoffeltopf F=2,7, E=2,6, Kh=8,9	60030 Bandnudeln, Tomaten, Mais, Fischfilet F=3,3, E=2,1, Kh=11,0	11023 Kartoffeln, Spinat, Röhrei F=2,1, E=2,6, Kh=9,3	11004 Rindfleisch mit Kartoffeln u. Gemüse F=2,3, E=2,3, Kh=8,3	11020 Südkartoffeln, Broccoli Putenfleisch F=3,0, E=2,1, Kh=11,0
	<b>Salat</b> 60041 Bunter Blattsalat F=4,37, E=2,0, Kh=1,9	60042 Bohnensalat F=1,0, E=1,0, Kh=2,0	60043 Tomatensalat F=0,13, E=1,0, Kh=3,2	60001 Eisbergsalat F=4,37, E=2,0, Kh=1,9	60039 Gurkensalat F=4,99, E=1,0, Kh=2,0
<b>Beilagen</b>	<b>Gemüse</b> 60041 Mexicogemüse F=2,0, E=2,8, Kh=8,9	60042 Blumenkohlgemüse F=2,0, E=2,9, Kh=2,0	60014 Rahmspinat F=10,0, E=4,9, Kh=8,0	60005 Ratatouillegemüse F=2,0, E=2,8, Kh=8,9	60039 Bohnengemüse F=2,0, E=2,8, Kh=8,9
	<b>Rohkost</b> 70019 Blumenkohlröschen F=0,3, E=2,5, Kh=3,9	70009 Gurken F=0,0, E=1,0, Kh=2,0	70014 Kohlrabi F=0,0, E=2,0, Kh=4,0	70005 Möhren F=0,0, E=1,0, Kh=2,0	70021 Paprika F=1,0, E=1,0, Kh=6,0
	<b>Beilage 1</b> 70019 Röstkartoffeln F=4,0, E=1,5, Kh=14,5	70002 Reis F=1,17, E=2,0, Kh=11,3	70002 Kartoffeln F=10,0, E=2,0, Kh=14,2	70005 Reis F=1,17, E=2,0, Kh=11,3	70021 Kartoffelsalat F=8,0, E=2,0, Kh=14,0
	<b>Beilage 2</b> 70004 Djuweschreis F=1,7, E=2,0, Kh=11,3	70002 Kartoffeln F=10,0, E=2,0, Kh=14,2	70003 Gemüserais F=1,3, E=2,6, Kh=12,0	70005 Petersilienkartoffeln F=10,0, E=2,0, Kh=14,2	70003 Kartoffeln F=10,0, E=2,0, Kh=14,2
	<b>Beilage Vollwert</b> 90022 Vollkornreis F=2,20, E=7,0, Kh=74,1	90019 Vollkornnudeln F=5,04, E=5,0, Kh=18,9	90005 Vollkornreis F=2,20, E=7,0, Kh=74,1	90020 Mehkkornbröchen F=2,0, E=4,0, Kh=18,0	90021 Vollkornreis F=2,20, E=7,0, Kh=74,1
<b>Dessert</b>	<b>Dessert</b> 12001 Puddingbecher F=1,8, E=4,1, Kh=19,8	12003 Pflaumenkompott F=0,0, E=1,0, Kh=2,0	12003 Minikuchen Kakau F=24,0, E=9,0, Kh=55,0	12004 Quarkspeise Beeren F=0,71, E=2,0, Kh=17,5	12002 Müsliniegel F=9,0, E=2,0, Kh=11,0
	<b>Frischobst</b> 12001 Apfel F=0,0, E=0,0, Kh=11,0	12003 Birne F=0,0, E=1,0, Kh=12,0	12004 Melone F=0,00, E=1,0, Kh=54,0	12004 Banane F=0,0, E=1,0, Kh=21,0	12002 Kiwi F=1,0, E=1,0, Kh=12,0

Änderungen vorbehalten

Nährwertberechnung je 100g/ F=Fett E=Eiweiß Kh=Kohlehydrate

Allergene gem. Lebensmittelkennzeichnungsverordnung / Zusatzstoffe gem. Zusatzstoffzulassungsverordnung