

# Vita Catering // Speiseplan KW 7 / 2019 // 11.02.2019 - 17.02.2019 Leeste

Bestellt durch \_\_\_\_\_ Für wen \_\_\_\_\_

Bitte tragen Sie Ihren Speisen Wunsch und Bestellmenge direkt in die blaue Spalte ein!

Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Bestellung	Dienstag	Bestellung	Veggi Day	Bestellung	Donnerstag	Bestellung	Freitag	Bestellung
<b>BUFFET</b>  Alle Einzelspeisen, Salat und Dessert zur freien Auswahl! Um eine ausgewogene Ernährung zu gewährleisten, sollten Sie laut DGE in Folge von 20 Mahlzeiten, min. 20 x Kartoffeln, Gemüse, Getreide, min. 20 x Salat, min. 8 x Obst, min. 8 x Fleisch, min. 4 x Seefisch zu sich nehmen! Farblich abgesetzte Menüfelder entsprechen der DGE-Normempfehlung!	<b>PASTA</b>	Maccaroni, Bolognesesauce (Rind) <sup>13, 21</sup>		Farfalle, Knoblauch - Sahnesoße <sup>13, 19</sup>		Tortellini mit Käsefüllung, Tomaten-Gemüsesauce <sup>13, 15, 19</sup>		Penne - Nudeln, Gemüsebolognese, Parmesan <sup>13, 19, 21</sup>		Nudelauflauf "al Forno" mit Rind, Tomate und Fetakäse <sup>13, 19</sup>	
		KH:145, EW:30, FE:9, kcal:741		KH:146, EW:23, FE:25, kcal:885		KH:98, EW:21, FE:14, kcal:601		KH:52, EW:12, FE:4, kcal:297		KH:61, EW:25, FE:22, kcal:554	
	<b>VEGETARISCH</b>	Gemüseschnitzel, Tomaten - Zucchini - Gemüse, Butterreis <sup>19</sup>		Backkartoffel mit Sour Cream und Käse überbacken, Rahmchampignons <sup>2, 9, 19, 27</sup>		Champignoncremesuppe, Baguettebrot <sup>13, 19</sup>		Indische Reispfanne mit Bambussprossen und Gemüse, Süß-Saure Sauce <sup>1, 2, 7, 11, 12, 18, 21, 22</sup>			
		KH:83, EW:21, FE:31, kcal:668		KH:31, EW:14, FE:19, kcal:371		KH:6, EW:6, FE:8, kcal:120		KH:69, EW:9, FE:2, kcal:338			
	<b>HAUPTGERICHT</b>	Hühnersuppentopf mit Gemüse und Nudeln, Weizenbrötchen <sup>13, 15, 21</sup>		Seelachsfilet "Bordelaise", Butterbohnen, Vollkornreis <sup>13, 15, 16, 19</sup>		Rührei, Sommergemüse, Kartoffelstampf <sup>15, 19</sup>		Grünkohl, Kassler, Kochwurst und Bremer Pinkel, Salzkartoffeln <sup>1, 6, 7, 9, 11, 12, 13, 22, 27</sup>			Pizza Margherita <sup>2, 13, 19</sup>
		KH:61, EW:25, FE:16, kcal:492		KH:57, EW:27, FE:15, kcal:467		KH:30, EW:20, FE:27, kcal:454		KH:31, EW:13, FE:21, kcal:366		KH:107, EW:22, FE:8, kcal:580	
<b>DESSERT</b>	Quarkdessert mit Früchten <sup>19</sup>		Obst der Saison		Vanillecreme <sup>11, 12, 13, 15, 19</sup>		Mandelpudding <sup>11, 12, 13, 15, 19, 20</sup>			Obstauswahl	
	KH:9, EW:8, FE:2, kcal:88				KH:15, EW:3, FE:1, kcal:84		KH:10, EW:4, FE:2, kcal:74				
<b>Zusatzessen Lehrer und Besucher</b>											

1) mit Geschmacksverstärker, 2) mit Farbstoff, 3) Gewachst, 4) Geschwärzt, 6) mit Phosphat, 7) mit Konservierungsstoff, 8) geschwefelt, 9) mit Antioxidationsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) mit Süßungsmitteln, 12) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13) enthält Gluten (13a = Weizen, 13b = Roggen, 13c = Hafer, 13d = Dinkel, 13e = Gerste, 13f = Kamut), 14) enthält Krebstiere, 15) enthält Ei, 16) enthält Fisch, 17) enthält Erdnüsse, 18) enthält Soja, 19) enthält Milch / Lactose, 20) enthält Schalenfrüchte (20a = Mandeln, 20b = Haselnüsse, 20c = Walnüsse, 20d = Cashewnüsse, 20e = Pecannüsse, 20f = Paranüsse, 20g = Pistazien, 20h = Macadamianüsse), 21) enthält Sellerie, 22) enthält Senf, 23) enthält Sesam, 24) enthält Lupine, 25) enthält Schwefeldioxid und Sulfite, 26) enthält Weichtiere, 27) enthält Nitrat, 29) gentechnisch verändert