

Speiseplan

Best Sabel Grundschule

23.06.08 - 27.06.08

Menü 1

Menü 2

Montag

Milchreis[Gl,H], Dessert

Rustikaler Bauernschmaus [S][Gl],
Dessert

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 574,4 | 14,8 | 19,6 | 85,3 |

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 964,2 | 28,9 | 60,9 | 74,9 |

Dienstag

Lasagne Bolognese mit Rindfleisch
, Salat/Obst

Blumenkohlschiffchen mit
Cornflakes-Panade (veg.), Helle
Cremesoße[H], Kartoffelpüree[Gl,H],
Salat/Obst

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 526,2 | 35,2 | 17,9 | 48,6 |

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 502,6 | 17,0 | 24,1 | 52,8 |

Mittwoch

Reispfanne mit Gemüse und
Huhnfleisch[Gl,E,Z,H], Salat

Nudel-Brokkoli-Gratin (veg.), Salat

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 448,6 | 19,3 | 17,6 | 47,2 |

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 504,0 | 30,0 | 29,0 | 32,0 |

Donnerstag

Wunschessen

Wunschessen

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|------|--------|------|-----|
| 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|------|--------|------|-----|
| 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

Freitag

Sommergemüse-Eintopf (veg.,
BIO)[Gl,E,Z,H], Brötchen

Möhreneintopf mit
Schweinefleisch[Gl,E,H], Brötchen

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 223,8 | 8,0 | 8,0 | 28,0 |

| kcal | Eiweiß | Fett | KH |
|-------|--------|------|------|
| 319,7 | 12,0 | 20,0 | 24,0 |

Eine Liste der deklarationspflichtigen Zusatzstoffe hängt aus!

Änderungen vorbehalten!

Gemüse und Obst beziehen wir aus kontrolliert biologischem Anbau!