

Schule Mo-Mi

Speiseplan HRS Greene KW 20

Datum	Montag 13.5.2019		Dienstag 14.5.2019		Mittwoch 15.5.2019		Donnerstag 16.5.2019		Freitag 17.5.2019	
Menülinie										
Menü 1	Hähnchengeschnetzeltes in heller Soße mit Gemüsestreifen, Hörnchennudeln, Obst	516,8 kcal 2180,5 kJ 6,3 g 36,7 g 11,6 g 64,4 g	Bifteki mit Rahmsoße, Paprika-Kräuterreis, Pudding	589,2 kcal 2471 kJ 8,1 g 25,3 g 24,1 g 65,4 g	Blumenkohl-Käse-Medaillon, Schnittlauchsoße, Kartoffeln, Kompott	605,4 kcal 2536 kJ 5,7 g 14,8 g 20,7 g 85,9 g				
Zusatzstoffe	a, c, g, i, a1		1, c, g		1, a, f, g, a1					
Menü 2	Brokkoli in Kräutersoße, Hörnchennudeln, Obst	356,5 kcal 1510,7 kJ 0,9 g 18,1 g 2,6 g 63,1 g	Salat Mexiko mit gebratenem Speck, Kidney Bohnen, Zwiebeln, Kräuterdressing, Brötchen, Pudding	769,1 kcal 3205,1 kJ 6,3 g 16,7 g 45,6 g 69,9 g	Kleine Schweinesteaks, Schnittlauchsoße, Kartoffeln, Kompott	966,4 kcal 4011,4 kJ 13,5 g 36,2 g 63 g 58,5 g				
Zusatzstoffe	a, c, a1		1, 2, 3, 11, 15, a, c, g, j, a1		1, a, f, g, a1					

Legende der Inhaltsstoffe

Energie (Kilokalorien)	kcal
Energie (Kilojoule)	kJ
Proteinheiten	BE
Eiweiß (Protein)	g
Fett	g
Kohlenhydrate, resorbierbare	g

Legende der Zusatzstoffe & Allergene

1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 4 - mit Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärtzt, 7 - gewachst, 8 - mit Phosphat, 9 - mit Süßungsmittel, 11 - mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 12 - auf der Grundlage von Tafelsüße, 13 - enth. eine Phenylalaninquelle(Aspartam), 14 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 15 - unter Schutzatmosphäre verpackt, 16 - chininhaltig, 17 - coffeinhaltig, 18 - mit Milcheiweiß, 20 - mit erhöhtem Tauringehalt, 21 - kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen, 31 - mit Alkohol, 32 - mit Stärke oder Pflanzenstärke, 33 - mit Geflügelfleischanteil, 34 - mit Jodsalz, 35 - mit Schwein oder tier. Fett, 36 - z. T. fein zerkleinertes Fleisch, 37 - bestrahlt oder m. ionisierenden Strahlen behandelt, 38 - aus gentech. veränderten Lebensmitteln hergestellt, 39 - gentechnisch verändert, 40 - mit Nitritpökelsalz, 41 - mit Eiklar, 42 - mit kakaohaltiger Fettglasur, 43 - mit Knoblauch, 44 - Rindfleisch, 45 - Geflügel, 46 - andere Fleischsorte, 47 - Fisch, 48 - aus Fleischstücken zusammengefügt, 49 - aus Fischstücken zusammengefügt, 50 - enth. Glutamat, 51 - enth. Koriander, 52 - enth. Karotte, 53 - enth. Gemüse, 54 - enth. Hühnchenfleisch, 55 - enth. Mais, 56 - unter Verwendung von Sahne, 57 - enth. Molkenweiß, 58 - mit Milchpulver, 59 - enth. Pflanzeneiweiß, 60 - unter Verwendung von Milch, a - enth. Gluten, b - enth. Krebstiere, c - enth. Ei, d - enth. Fisch, e - enth. Erdnüsse, f - enth. Soja (gentech-frei), g - enth. Milch einschl. Laktose, h - enth. Schalenfrüchte, i - enth. Sellerie, j - enth. Senf, k - enth. Sesam, l - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, m - enth. Lupinen, n - enth. Weichtiere, a1 - enth. Weizen, a2 - enth. Roggen, a3 - enth. Gerste, a4 - enth. Hafer, a5 - enth. Dinkel, a6 - enth. Kamut, h1 - enth. Mandeln, h2 - enth. Haselnuss, h3 - enth. Walnuss, h4 - enth. Cashewnuss, h5 - enth. Pekannuss, h6 - enth. Paranuss, h7 - enth. Pistazie, h8 - enth. Macadamianuss, 22 - mit Sauerstoff unter Hochdruck farbstabilisiert, - enth. Süßholz, - enth. Süßholz. Bei hohem Blutdruck sollte ein übermäßiger Verzehr vermieden werden., - erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen., - mit zugesetzten Pflanzensterinen, - aufgetaut, - enth. Zutatenersatz, - enth. zugesetzte Eiweiße, - zugesetztes Wasser > 5%, - Würstchülle ist nicht zum Verzehr geeignet, - enth. Koffein. Für Kinder und schwangere Frauen nicht empfohlen.