

Speiseplan Kita LohkoMotive

Woche: 13.01.-17.01.2025

| Montag: | Dienstag: | Mittwoch: | Donnerstag: | Freitag: |
|---|---|---|---|---|
| Knabbergemüse | Knabbergemüse | Knabbergemüse | Knabbergemüse | Knabbergemüse |
| Vollkornnudeln _{a1} mit Käse-Schnittlauch-Soße _{g,1,9} | Hirse-Gemüse-Gratin _g (Zucchini, Karotten) mit Hirtenkäse _g überbacken dazu Joghurtsoße _g | Gedünstetes Kabeljaufilet _d Zitronen-Dill-Soße _{a1,g} dazu Kartoffeln gemischter Salat (Eisberg, Tomate, Gurke) mit Kräuterdressing _{4,l} | Bunte Gemüsepfanne (Erbsen, Kichererbsen, Weißkohl, Paprika) dazu Basmatireis und fruchtige Currysoße Joghurtspeise _g | Kartoffel-Möhren-Suppe mit Lauch und Sellerie dazu Dinkelbrötchen _{a5} mit Kürbiskernen Obst |
| Obst | Obst | | | Obst |

*Unser Knabbergemüse variiert täglich und saisonbedingt. Es besteht aus folgenden Gemüsesorten: Karotten, Gurke, Paprika, Kohlrabi, Tomaten.

Zusatzstoffe:

1: mit Farbstoff, 2: mit Konservierungsstoffen, 3: mit Nitrat/Nitratpökelsalz, 4: Antioxidationsmittel, 5: Geschmacksverstärker, 6: geschwefelt, 7: geschwärzt, 8: gewachst, 9: mit Phosphat
10: mit Süßungsmitteln, 11: enthält eine Phenylalaninquelle, 12: mit Zuckerart und Süßungsmitteln, 13: mit Zuckeraustauschstoffen, 14: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken

Allergene:

a: glutenhaltiges Getreide(a1:Weizen, a2:Roggen, a3:Gerste, a4:Hafer, a5:Dinkel,a6:Kamut), b: Krebstiere, c: Eier, d: Fisch, e: Erdnüsse, f: Soja, g: Milch (einschl. Lactose),
h: Schalenfrüchte (h1:Mandel,h2: Haselnuss,h3: Walnuss,h4: Cashew,h5: Paranuss,h6: Pecanuss,h7: Pistazien,h8: Macadamia), i: Sellerie, j: Senf, k: Sesam, l: Schwefeldioxid u. Sulfite, m: Lupine,
n: Weichtiere

**Unser Mittagessen hat eine DGE-Zertifizierung erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“.
Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft und
mit diesem Logo ausgezeichnet.**

