

Kita- und Schulverpflegung Ascher

Speiseplan für die Woche vom: 13.01.25 bis 17.01.25 - KW 3



Krippe/Kiga/Kita/Hort/Schule	Temperatur		Allergene	Spuren v. Allergenen	Zusatz-stoffe
	Anliefern	Ausgabe			
Montag, 13. Januar 2025					
Hähnchen Cordon bleu			GL-b), M, E		1, 2, 3
Selbstgemachtes Kartoffelpüree			M		
Frisches Obst			---		
Vegi: Sojaschnitzel natur mit Ratatouille Gemüse			SO, GL-b), SEL		
Dienstag, 14. Januar 2025					
Pasta mit Reibekäse (laktosefrei)			GL-b) ---		
Käsesauce mit Brokkoli			GL-b), M, SEL		
Selbstgemachter Pfirsich Quark (zuckerreduziert)			M		
Mittwoch, 15. Januar 2025					
MSC Schollenfilet gebacken			F, GL-b), M, E		
Remouladen Dip			M		
Selbstgemachter Kartoffel-Gurkensalat Krippe: Kartoffel-Karottenpüree			SE M		
Vegi: Selbstgemachter vegetarischer Bratling			GL-b), SEL, M, E		
Donnerstag, 16. Januar 2025					
Geschnetzeltes "Züricher Art"			GL-b), SEL, M		
Langkorn / Vollkornreis Mischung			---		
Karotten-Apfelsalat mit Kurkuma			---		
Vegi: Veganes Züricher Geschnetzeltes			GL-b), SEL		
Freitag, 17. Januar 2025					
Gnocchi mit Zucchiniwürfel,			GL-b), E, M	SO	
Kirschtomaten und Mozzarella					
Blattsalate mit Dressing Krippe: Rohkost			M ---		

	EU Zertifizierung		Bio Zertifizierung		MSC Zertifizierung
--	----------------------	--	-----------------------	--	-----------------------

Informationen und Aktuelles:

Porree: Was alles in Lauch steckt

...liebe Schüler, Kinder, Betreuungspersonal und liebe Eltern,

Porree – oder Lauch, wie das Gemüse auch genannt wird – enthält viele gesunde Inhaltsstoffe: **Eisen** ist unter anderem wichtig für die Blutbildung, **Kalium**

spielt bei der Übertragung von Impulsen an Nerven- und Muskelzellen eine große Rolle, **Vitamin C** ist für den Aufbau von Bindegewebe notwendig. Die schwefelhaltigen ätherischen Öle des Gemüses sollen die Verdauung fördern und entzündungshemmend wirken

Guten Appetit wünscht

Familie Ascher mit Team

Allergene

GL = Glutenhaltige Getreide

GL-a) = Hafer

GL-b) = Weizen

GL-a) = Hafer

GL-d) = Gerste

Zusatzstoffe

1 = Nitritpökelsalz 2 = Phosphat 3 = Antioxidationsmittel 4 = Geschmacksverstärker 5 = Konserviert 6 = Geschwefelt 7 = Süßungsmittel 8 = Farbstoffe

9 = enthält eine Phenylalinquelle 10 = unter Schutzatmosphäre verpackt

Es können Spuren von allen Allergenen in den Speisen möglich sein. Gerichte mit Schweinefleisch werden im Speiseplan ausdrücklich erwähnt

SCHA = Schalenfrüchte

SCHA1 = Haselnüsse

SCHA2 = Walnüsse

SCHA3 = Mandeln

SCHW = Schwefeldioxid + Sulfid

SE = Senf

SEL = Sellerie

SES = Sesamsamen

SO = Sojabohnen

KT = Krebstiere

LU = Lupinen

WT = Weichtiere

ER = Erdnuss

E = Eier

M = Milch

F = Fisch