

# Vita Catering // Speiseplan KW 26 / 2022 // 27.06.2022 - 03.07.2022



DE-ÖKO-009



EU 13857

Menügruppe	EINZELSPIESEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<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 Malzeiten: min. 20x Kartoffel, Gemüse, Getreide, min. 20x Salat min. 8 x Obst, min. 8 x Milchprod., max. 8x Fleisch, min. 4 x Seefisch, zu sich nehmen! Farblich abgesetzte Menüfelder entsprechen der DGE Normempfehlung!	<b>PASTA</b>  Hausgemachte Bio Spaghetti, Carbonarasauce vom Geflügelfleisch <sup>13, 15, 19, 20</sup> KH:130, EW:33, FE:13, kcal:819	Hausgemachte Lasagne "Bolognese" mit Rindfleisch, Bechamel und Käse überbacken <sup>13, 15, 19, 21</sup> KH:6, EW:5, FE:4, kcal:69	Hausgemachte Bio Penne, Paprika-Zwiebelsauce <sup>13, 15</sup> KH:67, EW:15, FE:4, kcal:394	Hausgemachte Bio Bandnudeln, Gorgonzolasoße, Kirschtomaten <sup>13, 15, 19</sup> KH:65, EW:20, FE:9, kcal:393	Hausgemachte Vollkornnudeln, Basilikumsauce <sup>13, 15, 19</sup> KH:59, EW:12, FE:2, kcal:302	
	<b>VEGETARISCH</b>  Broccoli-Blumenkohlaufauf "Holländisch" <sup>1, 2, 7, 11, 13, 12, 15, 19</sup> KH:5, EW:13, FE:19, kcal:240	Gemüsefrikadelle, Paprikagemüse, Kräuterquark Dip, Backofen Kartoffel <sup>13, 15, 18, 19, 21</sup> KH:56, EW:17, FE:12, kcal:407	Milchreis, Zucker und Zimt <sup>12, 19</sup> KH:82, EW:10, FE:4, kcal:405	Vegetarischer Gemüseeintopf mit Nudeln, Vollkornbaguette <sup>13, 15, 21</sup> KH:67, EW:15, FE:6, kcal:391	Rotes Kokos Gemüse Curry, Vollkornreis <sup>12</sup> KH:62, EW:9, FE:21, kcal:516	
	<b>HAUPTGERICHT</b>  Chili con Carne vom Rind, Baguette <sup>13, 20</sup> KH:49, EW:12, FE:5, kcal:289	Rindersaftgulasch, Rotkohl mit Apfel, Kartoffelklöße <sup>1, 9, 11, 12</sup> KH:52, EW:27, FE:9, kcal:751	Seelachsfilet mit Champignons, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln <sup>13, 15, 16, 19</sup> KH:36, EW:34, FE:16, kcal:408	Vegetarisches Sojageschnetzeltes "Züricher Art", Butterreis <sup>13, 15, 18, 19</sup> KH:53, EW:17, FE:20, kcal:461	vegetarische Gemüsepizza <sup>13, 19</sup> KH:21, EW:13, FE:12, kcal:247	
	<b>DESSERT</b>  Joghurt mit Honig und Müsli <sup>12, 13, 19</sup> KH:26, EW:4, FE:5, kcal:168	Obst vom Büffet	Kiwi KH:3, EW:1, FE:0, kcal:19	Schokopudding, Vanillesoße. <sup>11, 12, 190</sup> KH:44, EW:6, FE:2, kcal:220	Quarkdessert mit Früchten <sup>12, 19</sup> KH:9, EW:8, FE:2, kcal:88	

1 - Mit Geschmacksverstärker, 2 - Mit Farbstoff, 7 - Mit Konservierungsstoff, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 23 - Enthält Sesam, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite

# Vita Catering // Speiseplan KW 26 / 2022 // 27.06.2022 - 03.07.2022

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		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
		Bestellung		Bestellung		Bestellung		Bestellung		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 Malzeiten: min. 20x Kartoffel, Gemüse, Getreide, min. 20x Salat min. 8 x Obst, min. 8 x Milchprod., max. 8x Fleisch, min. 4 x Seefisch, zu sich nehmen! Farblich abgesetzte Menüfelder entsprechen der DGE Normempfehlung!	<b>PASTA</b>	Hausgemachte Bio Spaghetti, Carbonarasauce vom Geflügelfleisch <sup>13, 15, 19, 20</sup>		Hausgemachte Lasagne "Bolognese" mit Rindfleisch, Bechamel und Käse überbacken <sup>13, 15, 19, 21</sup>		Hausgemachte Bio Penne, Paprika-Zwiebelsauce <sup>13, 15</sup>		Hausgemachte Bio Bandnudeln, Gorgonzolasoße, Kirschtomaten <sup>13, 15, 19</sup>		Hausgemachte Vollkornnudeln, Basilikumsauce <sup>13, 15, 19</sup>	
		KH:130, EW:33, FE:13, kcal:819		KH:6, EW:5, FE:4, kcal:69		KH:67, EW:15, FE:4, kcal:394		KH:65, EW:20, FE:9, kcal:393		KH:59, EW:12, FE:2, kcal:302	
	<b>VEGETARISCH</b>	Broccoli-Blumenkohlauf "Holländisch" <sup>1, 2, 7, 11, 12, 15, 19</sup>		Gemüsefrikadelle, Paprikagemüse, Kräuterquark Dip, Backofen Kartoffel <sup>13, 15, 18, 19, 21</sup>		Milchreis, Zucker und Zimt <sup>12, 19</sup>		Vegetarischer Gemüseeintopf mit Nudeln, Vollkornbaguette <sup>13, 15, 21</sup>		Rotes Kokos Gemüse Curry, Vollkornreis <sup>12</sup>	
		KH:5, EW:13, FE:19, kcal:240		KH:56, EW:17, FE:12, kcal:407		KH:82, EW:10, FE:4, kcal:405		KH:67, EW:15, FE:6, kcal:391		KH:62, EW:9, FE:21, kcal:516	
	<b>HAUPTGERICHT</b>	Chili con Carne vom Rind, Baguette <sup>13, 20</sup>		Rindersaftgulasch, Rotkohl mit Apfel, Kartoffelklöße <sup>1, 9, 11, 12</sup>		Seelachsfilet mit Champignons, Kräutersoße., Petersilienkartoffeln <sup>13, 15, 16, 19</sup>		Vegetarisches Sojageschnetzeltes "Züricher Art", Butterreis <sup>13, 15, 18, 19</sup>		vegetarische Gemüsepizza <sup>13, 19</sup>	
		KH:49, EW:12, FE:5, kcal:289		KH:52, EW:27, FE:9, kcal:751		KH:36, EW:34, FE:16, kcal:408		KH:53, EW:17, FE:20, kcal:461		KH:21, EW:13, FE:12, kcal:247	
	<b>DESSERT</b>	Joghurt mit Honig und Müsli <sup>12, 13, 19</sup>		Obst vom Buffet		Kiwi		Schokopudding, Vanillesoße. <sup>11, 12, 19</sup>		Quarkdessert mit Früchten <sup>12, 19</sup>	
		KH:26, EW:4, FE:5, kcal:168				KH:3, EW:1, FE:0, kcal:19		KH:44, EW:6, FE:2, kcal:220		KH:9, EW:8, FE:2, kcal:88	
	<b>Zusatzessen Lehrer und Besucher</b>										

1 - Mit Geschmacksverstärker, 2 - Mit Farbstoff, 7 - Mit Konservierungsstoff, 9 - Mit Antioxidationsmittel, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 16 - Enthält Fisch, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf, 23 - Enthält Sesam, 25 - Enthält Schwefeldioxid und Sulfite