

Vita Catering // Speiseplan KW 49 / 2022 // 05.12.2022 - 11.12.2022



Menügruppe	EINZELSPESIEN inkl. Salat und Dessert	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
BUFFET 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!	PASTA	Hausgemachte Bio Spirelli, Gemüse-Tomatensauce ^{13, 15} KH:69, EW:12, FE:2, kcal:348	Vita Catering	Hausgemachte Bio Penne, Paprika-Zwiebelsauce ^{13, 15} KH:67, EW:15, FE:4, kcal:394	Hausgemachte Bio Campanelle, Champignonsauce ^{13, 15, 19} KH:127, EW:30, FE:11, kcal:778	
		VEGETARISCH	Vita Catering	Falafelbällchen, Joghurt-Minz Dip, Tomaten-Gemüseris ^{13, 15, 18, 19, 21, 22} KH:72, EW:13, FE:13, kcal:469	Vita Catering	Vita Catering
	HAUPTGERICHT	Hackbraten (Rind), Rosenkohl, Bratensoße., Petersilienkartoffeln ^{13, 15, 21} KH:31, EW:34, FE:14, kcal:387	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch vom Rind, Baguette ^{13, 19} KH:16, EW:9, FE:6, kcal:158	Gefüllte Parikaschote (vegetarisch), Tomatensoße., Wildreis ¹³ KH:60, EW:8, FE:13, kcal:386	Mexikanischer Eintopf mit Bohnen und Rindfleisch, Vollkornbaguette ^{13, 20} KH:66, EW:14, FE:4, kcal:366	
		DESSERT	Äpfel vom Buffet ³ KH:14, EW:0, FE:0, kcal:61	Kokosquark ^{11, 12, 13, 15, 19} KH:14, EW:3, FE:3, kcal:95	Zitronen - Joghurt - Creme ^{12, 19} KH:23, EW:2, FE:5, kcal:151	Schokopudding ^{1, 11, 12, 13, 19} KH:16, EW:4, FE:2, kcal:94

1 - Mit Geschmacksverstärker, 3 - Gewachst, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält Milch / Laktose, 20 - Enthält Schalenfrüchte, 21 - Enthält Sellerie, 22 - Enthält Senf