

Vita Catering // Speiseplan KW 50 / 2023 // 11.12.2023 - 17.12.2023



Menügruppe	EINZELSPIESEN 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	Selbstgemachte Penne, Käse-Kräutersoße ^{2, 13, 15, 19} KH:72, EW:40, FE:40, kcal:797	Vita Catering	Selbstgemachte Vollkornnudeln, Pesto., Kirschtomaten ^{13, 15, 19} KH:63, EW:17, FE:41, kcal:683	Vita Catering	Vita Catering
	VEGETARISCH	Vita Catering	Vegane Hackfleischbällchen, Paprikagemüse, Backofen Kartoffel, Joghurt-Knoblauch Dip ¹⁹ KH:51, EW:21, FE:31, kcal:574	Vita Catering	Falafelbällchen, Grilltomate, Joghurt-Minz Dip, Kurkumareis ^{13, 15, 18, 19, 20, 21, 22} KH:82, EW:15, FE:11, kcal:507	Gemüsevariation, Kartoffelgratin. ^{19, 20} KH:32, EW:9, FE:15, kcal:311
	HAUPTGERICHT	Vita Catering	Vita Catering	Vita Catering	Vita Catering	Vita Catering
	DESSERT	Melonenauswahl KH:14, EW:1, FE:0, kcal:57	Joghurt mit Früchten und Müsli ^{13, 19} KH:31, EW:6, FE:2, kcal:152	Äpfel vom Buffet ³ KH:14, EW:0, FE:0, kcal:61	Obstsalat "Tropica" ¹² KH:21, EW:1, FE:0, kcal:89	Rote Götterspeise (vegetarisch), Vanillesoße. ^{2, 7, 11, 12, 13, 19} KH:49, EW:4, FE:1, kcal:219

2 - Mit Farbstoff, 3 - Gewachst, 7 - Mit Konservierungsstoff, 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

Vita Catering // Speiseplan KW 50 / 2023 // 11.12.2023 - 17.12.2023

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	Bestellung	Dienstag	Bestellung	Mittwoch	Bestellung	Donnerstag	Bestellung	Freitag	Bestellung
		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	Selbstgemachte Penne, Käse-Kräutersoße ^{2, 13, 15, 19}		Vita Catering		Selbstgemachte Vollkornnudeln, Pesto., Kirschtomaten ^{13, 15, 19}		Vita Catering	
KH:72, EW:40, FE:40, kcal:797				KH:63, EW:17, FE:41, kcal:683							
VEGETARISCH	Vita Catering			Vegane Hackfleischbällchen, Paprikagemüse, Backofen Kartoffel, Joghurt		Vita Catering		Falafelbällchen, Grilltomate, Joghurt-Minz Dip, Kurkumareis ^{13, 15, 18, 19, 20, 21, 22}		Gemüsevariation, Kartoffelgratin. ^{19, 20}	
	KH:51, EW:21, FE:31, kcal:574		KH:82, EW:15, FE:11, kcal:507		KH:32, EW:9, FE:15, kcal:311						
HAUPTGERICHT	Vita Catering			Vita Catering		Vita Catering		Vita Catering		Vita Catering	
	DESSERT		Melonenauswahl		Joghurt mit Früchten und Nüssen ^{13, 19}		Äpfel vom Buffet ³		Obstsalat "Tropica" ¹²		Rote Götterspeise (vegetarisch)
KH:14, EW:1, FE:0, kcal:57		KH:31, EW:6, FE:2, kcal:152		KH:14, EW:0, FE:0, kcal:61		KH:21, EW:1, FE:0, kcal:89		KH:49, EW:4, FE:1, kcal:219			
	Zusatzessen Lehrer und Besucher										

2 - Mit Farbstoff, 3 - Gewachst, 7 - Mit Konservierungsstoff, 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