

# Vita Catering // Speiseplan KW 10 / 2024 // 04.03.2024 - 10.03.2024



DE-ÖKO-072

Menügruppe	EINZELSPESIEN 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>	Vita Catering	Vita Catering	Selbstgemachte Bio Bandnudeln, Tomaten - MozzarellaSoße <sup>2, 13, 15, 19</sup> KH:66, EW:20, FE:25, kcal:594	Vita Catering	Vita Catering
	<b>VEGETARISCH</b>	Gemüsefrikadelle, Schmortgemüse, Kartoffelwürfel gebraten <sup>13,</sup> 15, 18, 19, 20, 21, 22, 23 KH:53, EW:8, FE:1, kcal:262	Vita Catering	Vita Catering	Chili sin Carne (vegetarisch), Butterreis <sup>19, 20</sup> KH:89, EW:14, FE:6, kcal:483	Vita Catering
	<b>HAUPTGERICHT</b>	Vita Catering	Kartoffelcremesuppe mit Kürbiswürfeln, Vollkornbaguette <sup>13, 19</sup> KH:34, EW:6, FE:13, kcal:282	Vita Catering	Vita Catering	Eieromelette mit Gemüsefüllung, Pestosoße <sup>15, 19</sup> KH:6, EW:17, FE:53, kcal:562
	<b>DESSERT</b>	Vanillepudding <sup>11, 12, 13, 15, 19</sup> KH:14, EW:3, FE:5, kcal:111	Germknödel, Vanillesoße. <sup>1,</sup> 12, 13, 15, 19 KH:112, EW:17, FE:17, kcal:666	Joghurt mit Früchten und Müsli <sup>13, 19</sup> KH:31, EW:6, FE:2, kcal:152	Pfirsich-Sahnequark <sup>12, 19</sup> KH:10, EW:8, FE:2, kcal:91	Äpfel vom Buffet <sup>3</sup> KH:14, EW:0, FE:0, kcal:61

1 - Mit Geschmacksverstärker, 2 - Mit Farbstoff, 3 - Gewachst, 11 - Mit Süßungsmittel, 12 - Mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 13 - Enthält Gluten, 15 - Enthält Ei, 18 - Enthält Soja, 19 - Enthält M