

KW 50	GBG Menü 1	GBG Menü 2	GBG Vegetarisch
<b>Montag</b> 12.12.22	Hähnchenschnitzel Kartoffelpüree Karottenvariation Obst  Milc Milc	▼ GBG Menü 2	Gemüseschnitzel Kartoffelpüree Karottenvariation Obst  Eier, Senf, a, Sell Milc Milc
<b>Dienstag</b> 13.12.22	Frühlingsgemüseeeinto Suppenudeln Brötchen kleines Würstchen Himbeerquark  Eier, a, a1, Milc, Sell Eier, a, a1 a, Milc 2, 3 Milc	Bunter Salatteller Kräuterdressing Blätterteigtasche Himbeerquark  Eier, Senf, Milc Eier, a, a1, a5, Milc, Sell Milc	Frühlingsgemüseeeinto Suppenudeln Brötchen Vegetarisches Würstchen Himbeerquark  Eier, a, a1, Milc, Sell Eier, a, a1 a, Milc 1 Eier, Soja, a, a1 Milc
<b>Mittwoch</b> 14.12.22	Gyros Geflügel mit Zwiebeln Zaziki Reis Krautsalat Obst  Eier, Soja, a, a1 Eier, a, a1, Milc	▼ Milchreis Fruchtkompott Zimt und Zucker Obst  Milc	Wellnessgeschn Vegt mit Zwiebeln Zaziki Reis Krautsalat Obst  Eier, Soja, a, a1 Eier, a, a1, Milc
<b>Donnerstag</b> 15.12.22	Pizza Margherita mit Tomate und Mozzarella Mini Muffins  a, a1, Milc Eier, Soja, a, a1, Sesa, Lupi	Pizza Geflügelsalami mit Tomate und Mozzarella Mini Muffins  a, a1, Milc Eier, Soja, a, a1, Sesa, Lupi	▼ GBG Vegetarisch
1=mit Farbstoff a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse a1=Weizen-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie darau a5=Dinkel-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie darau 2=mit Konservierungsstoff Eier=Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse Lupi=Lupine sowie daraus hergestellte Erzeugnisse 3=mit Antioxidationsmittel Milc=Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse / inkl.Lactose Sell=Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse Senf=Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse Sesa=Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse Soja=Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse 1 Schwein ▼ Geflügel			

Änderungen vorbehalten!

KW 50	GBG Menü 1			GBG Menü 2			GBG Vegetarisch			
	Nährwert	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB
Montag 12.12.22	BE	0,14	0,60	1 %				0,15	0,60	1 %
	kca	99 kcal	425 kcal	21 %				92 kcal	370 kcal	19 %
	kJ	416	1.781	21 %				385	1.552	19 %
	Fett	3 g	13 g	20 %				2 g	10 g	15 %
	KH	11,29 g	48,32 g	39 %				13,03 g	52,53 g	43 %
	GsFs	1 g	6 g	25 %				1 g	3 g	12 %
	Zuc	4 g	16 g	32 %				4 g	18 g	35 %
	Ball	2 g	7 g	24 %				2 g	6 g	21 %
	Eiw	6 g	27 g	42 %				4 g	15 g	24 %
Dienstag 13.12.22	BE	0,06	0,34	0 %	0,15	0,74	1 %	0,06	0,34	0 %
	kca	116 kcal	660 kcal	33 %	143 kcal	731 kcal	37 %	99 kcal	584 kcal	29 %
	kJ	412	2.338	28 %	597	3.044	36 %	349	2.051	24 %
	Fett	5 g	26 g	39 %	9 g	46 g	70 %	3 g	18 g	28 %
	KH	13,28 g	75,42 g	61 %	11,58 g	59,07 g	48 %	12,81 g	75,31 g	61 %
	GsFs	3 g	19 g	79 %	4 g	20 g	82 %	1 g	7 g	30 %
	Zuc	3 g	15 g	31 %	6 g	28 g	57 %	3 g	15 g	30 %
	Ball	1 g	6 g	18 %	1 g	4 g	14 %	1 g	6 g	18 %
	Eiw	5 g	29 g	45 %	3 g	18 g	27 %	5 g	28 g	44 %
Mittwoch 14.12.22	BE	0,12	0,60	1 %	0,21	1,04	1 %	0,15	0,68	1 %
	kca	95 kcal	475 kcal	24 %	104 kcal	511 kcal	26 %	121 kcal	556 kcal	28 %
	kJ	398	1.994	24 %	439	2.151	26 %	505	2.326	28 %
	Fett	1 g	7 g	11 %	2 g	11 g	16 %	5 g	24 g	37 %
	KH	9,84 g	49,30 g	40 %	18,40 g	90,15 g	73 %	12,19 g	56,21 g	46 %
	GsFs	0 g	2 g	6 %	1 g	7 g	29 %	1 g	6 g	24 %
	Zuc	2 g	10 g	20 %	12 g	59 g	117 %	2 g	11 g	23 %
	Ball	0 g	2 g	7 %	0 g	2 g	6 %	0 g	2 g	7 %
	Eiw	10 g	52 g	81 %	3 g	13 g	20 %	6 g	29 g	45 %
Donnerstag 15.12.22	BE	1,59	3,60	3 %	2,32	5,69	5 %			
	kca	180 kcal	408 kcal	20 %	241 kcal	591 kcal	30 %			
	kJ	754	1.703	20 %	1.011	2.478	30 %			
	Fett	7 g	16 g	24 %	9 g	23 g	35 %			
	KH	22,69 g	51,27 g	42 %	31,22 g	76,50 g	62 %			
	GsFs	3 g	6 g	24 %	3 g	8 g	32 %			
	Zuc	3 g	7 g	15 %	3 g	7 g	13 %			
	Ball	1 g	3 g	9 %	1 g	4 g	12 %			
	Eiw	6 g	14 g	21 %	8 g	19 g	29 %			

Broteinheiten (BE)  
Energie (Kilokalorie (kca)  
Energie (Kilojoule) (kJ)

Fett (Fett)  
Kohlenhydrate  
resor (KH)

Gesättigte Fettsäure (GsFs)  
Zucker (gesamt) (Zuc)  
Ballaststoffe (Ball)

Eiweiß (Protein) (Eiw)  
Gesamt-Kochsalz (Salz)