

# 4 Wochenplan

04.11.2019 - 01.12.2019  
Kindernest

Maika Fuchs - Köchin mit Herz  
Wasserwerkstraße 70  
68309 Mannheim  
Tel: 06 21 – 430 521 50  
E-Mail: info@caduli.de



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
04.11.2019	05.11.2019	06.11.2019	07.11.2019	08.11.2019
Farfalle mit Tomatensauce und Garnelen <small>a,a1,e,h,j</small>	Gemüseaultaschen mit Schnittlauchrahm <small>a,a1,b,d,e,j</small>	Möhrensuppe mit Roggenbrötchen <small>a,a3,e,j</small>	Hühnchengeschnetzeltes* in Aprikosensauce und Basmatireis <small>d,e,j</small>	Schupfnudeln mit Gemüserahmsauce <small>a,a1,b,d,e,j</small>
Imbiss Gurkenbrot <small>a,a3,d</small>	Imbiss Fruchtjoghurt <small>d</small>		Imbiss Obstquarkspeise <small>d</small>	Imbiss Brot mit Scheibenkäse <small>a,a1,a3,d</small>
11.11.2019	12.11.2019	13.11.2019	14.11.2019	15.11.2019
Putenbruststreifen* Currysauce Erbsencouscous <small>a,a1,d,e,j</small>	Broccoli-Nops Tomaten-Gemüsesosse <small>e,j</small>	Suppe der Saison mit Mehrkornbrötchen <small>a,a1,a3,e,j</small>	Spinat-Puffer mit Quark <small>a,a2,d</small>	Ravioli Ruccola-Ricotta mit Karotten-Käse-Sauce <small>a,a1,b,d,e,j</small>
Imbiss Gurkenbrot <small>a,a3,d</small>	Imbiss Fruchtjoghurt <small>d</small>		Imbiss Griessbrei <small>a,a1,d</small>	Imbiss Frischkäsebrot <small>a,a1,a3,d</small>
18.11.2019	19.11.2019	20.11.2019	21.11.2019	22.11.2019
Haschee* mit Karottenwürfel und Vollkornreis <small>e,j</small>	Tortellini verdura mit Tomatensauce <small>a,a1,e,j,l</small>	Rote Linsensuppe mit Mehrkornbrötchen <small>a,a1,a3,e,j</small>	Käsespätzle mit Möhrenwürfeln <small>a,a1,b,d,e,j</small>	Fischfrikadelle* mit Rahmkartoffeln <small>a,a1,b,d,e,i,j,l</small>
Imbiss Gurkenbrot <small>a,a3,d</small>	Imbiss Fruchtjoghurt <small>d</small>		Imbiss Bananenquark <small>d</small>	Imbiss Frischkäsebrot <small>a,a1,a3,d</small>
25.11.2019	26.11.2019	27.11.2019	28.11.2019	29.11.2019
Gemüse-Nops mit Tomatensoße <small>a,a2,e,j</small>	Polentanockerl mit Ratatouillegemüse <small>d,e,j</small>	Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Geflügel-Wienerle* und Mehrkornbrötchen <small>a,a1,a3,e,j,l</small>	Gemüsepizza <small>a,a1,a6,d,j</small>	Rahmspinat mit Salzkartoffeln <small>d,e,j</small>
Imbiss Gurkenbrot <small>a,a3,d</small>	Imbiss Fruchtjoghurt <small>d</small>		Imbiss Griessbrei <small>a,a1,d</small>	Imbiss Brot mit Scheibenkäse <small>a,a1,a3,d</small>



DE-007-Öko

Zur Herstellung der Gerichte für Eure Kinder verwenden wir ausschließlich Bioprodukte. Einzige Ausnahme sind frisches Fleisch aus artgerechter Tierhaltung und Fisch aus Wildfang. Alle Komponenten die nicht Bio sind, sind mit einem Sternchen ( \* ) gekennzeichnet. Spuren von allen Allergenen können immer enthalten sein. Wir behalten uns kurzfristige Veränderungen vor. Wir verwenden keine kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe.

Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a3=Roggen, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, h=Krebstiere, j=Soja

mit Fleisch

vegetarisch

mit Fisch

lactosefrei

Enthält Lactose und Gluten

lactosefrei und glutenfrei

# 4 Wochenplan

04.11.2019 - 01.12.2019

Kindernest

Maiko Fuchs - Köchin mit Herz

Wasserwerkstraße 70

68309 Mannheim

Tel: 06 21 – 430 521 50

E-Mail: info@caduli.de



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 04.11.2019 - 01.12.2019

1=Farbstoff, 2=Konservierungsmittel, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=Süßungsmittel, 10=Phenylalaninquelle, 11=verzehrabführend, 12=gentechnisch verändert, a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erndnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

- 04.11.2019, Menü 1, Farfalle mit Tomatensauce und Garnelen \* Farfalle: a,a1 \* Garnelen: h \* Tomatensauce: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:103,6kcal | F:0,8g | gesFS:0,2g | KH:19,0g | Zu:1,4g | Ew:5,0g | Salz:0,4g
- 05.11.2019, Menü 1, Gemüsemaultaschen mit Schnittlauchrahm \* Gemüsemaultaschen: a,a1,b,d,e \* Schnittlauchsauce: d,e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:75,8kcal | F:2,1g | gesFS:1,0g | KH:11,1g | Zu:1,6g | Ew:2,7g | Salz:0,6g
- 06.11.2019, Menü 1, Möhrensuppe mit Roggenbrötchen \* Karottensuppe: e,j \* Roggenbrötchen (Bihn): a,a3 \* Nährwerte: 100gr | Kcal:63,7kcal | F:0,6g | gesFS:0,2g | KH:12,4g | Zu:1,6g | Ew:1,8g | Salz:0,6g
- 07.11.2019, Menü 1, Hühnchengeschnetzeltes\* in Aprikosensauce und Basmatireis \* Aprikosen-Sauce: d,e,j \* Basmatireis: keine \* Hühnchenstreifen: keine \* Nährwerte: 100gr | Kcal:109,0kcal | F:2,0g | gesFS:0,7g | KH:17,7g | Zu:2,7g | Ew:4,6g | Salz:0,8g
- 08.11.2019, Menü 1, Schupfnudeln mit Gemüserahmsauce \* Gemüse-Rahmsauce: d,e,j \* Schupfnudeln: a,a1,b \* Nährwerte: 100gr | Kcal:115,1kcal | F:0,6g | gesFS:0,3g | KH:2,3g | Zu:0,9g | Ew:0,7g | Salz:0,2g
- 04.11.2019, Menü 5, Imbiss Gurkenbrot \* Gurkenbrot: a,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:196,1kcal | F:9,2g | gesFS:0,4g | KH:24,8g | Zu:2,5g | Ew:3,4g | Salz:0,6g
- 05.11.2019, Menü 5, Imbiss Fruchtojoghurt \* Fruchtojoghurt: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:99,0kcal | F:3,0g | gesFS:1,9g | KH:14,0g | Zu:13,9g | Ew:3,0g | Salz:0,1g
- 07.11.2019, Menü 5, Imbiss Obstquarkspeise \* Obstquarkspeise: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:122,7kcal | F:3,4g | gesFS:0,2g | KH:13,9g | Zu:13,6g | Ew:8,5g | Salz:0,1g
- 08.11.2019, Menü 5, Imbiss Brot mit Scheibenkäse \* Brot mit Scheibenkäse: a,a1,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:314,9kcal | F:15,1g | gesFS:7,6g | KH:27,8g | Zu:0,2g | Ew:16,0g | Salz:1,3g
- 11.11.2019, Menü 1, Putenbruststreifen\* Currysauce Erbsencouscous \* Currysauce: d,e,j \* Erbsencouscous: a,a1,e \* Putenbruststreifen: keine \* Nährwerte: 100gr | Kcal:152,3kcal | F:4,2g | gesFS:1,5g | KH:20,4g | Zu:1,8g | Ew:7,9g | Salz:0,7g
- 12.11.2019, Menü 1, Broccoli-Nops Tomaten-Gemüsesosse \* Broccoli-Nops: keine \* Tomaten-Gemüsesosse: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:35,4kcal | F:0,7g | gesFS:0,2g | KH:5,4g | Zu:3,2g | Ew:1,4g | Salz:0,7g
- 13.11.2019, Menü 1, Suppe der Saison mit Mehrkornbrötchen \* Mehrkornbrötchen: a,a1,a3 \* Suppe der Saison: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:50,0kcal | F:0,5g | gesFS:0,2g | KH:9,5g | Zu:0,9g | Ew:1,5g | Salz:0,7g
- 14.11.2019, Menü 1, Spinat-Puffer mit Quark \* Quark: d \* Spinat-Puffer: a,a2,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:45,8kcal | F:2,1g | gesFS:0,3g | KH:2,4g | Zu:2,4g | Ew:4,0g | Salz:1,5g
- 15.11.2019, Menü 1, Ravioli Ruccola-Ricotta mit Karotten-Käse-Sauce \* Karotten-Käse-Sauce: d,e,j \* Ravioli mit Ruccola-Ricotta-Füllung: a,a1,b,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:146,6kcal | F:4,8g | gesFS:1,8g | KH:19,8g | Zu:1,8g | Ew:5,6g | Salz:0,8g
- 11.11.2019, Menü 5, Imbiss Gurkenbrot \* Gurkenbrot: a,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:402,9kcal | F:18,9g | gesFS:0,8g | KH:51,0g | Zu:5,1g | Ew:6,9g | Salz:1,3g
- 12.11.2019, Menü 5, Imbiss Fruchtojoghurt \* Fruchtojoghurt: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:99,0kcal | F:3,0g | gesFS:1,9g | KH:14,0g | Zu:13,9g | Ew:3,0g | Salz:0,1g
- 14.11.2019, Menü 5, Imbiss Griessbrei \* Griessbrei: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:102,6kcal | F:3,5g | gesFS:2,2g | KH:13,9g | Zu:8,2g | Ew:3,8g | Salz:0,1g
- 15.11.2019, Menü 5, Imbiss Frischkäsebröt \* Frischkäsebrötchen: a,a1,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:252,6kcal | F:5,4g | gesFS:3,7g | KH:40,6g | Zu:0,8g | Ew:9,2g | Salz:1,1g
- 18.11.2019, Menü 1, Haschee\* mit Karottenwürfel und Vollkornreis \* Haschee: e,j \* Vollkornreis: keine \* Nährwerte: 100gr | Kcal:139,9kcal | F:2,4g | gesFS:0,9g | KH:24,4g | Zu:1,0g | Ew:4,7g | Salz:0,7g
- 19.11.2019, Menü 1, Tortellini verdura mit Tomatensauce \* Tomatensauce: e,j \* Tortellini verdura: a,a1,e,l \* Nährwerte: 100gr | Kcal:36,3kcal | F:0,7g | gesFS:0,2g | KH:6,3g | Zu:2,9g | Ew:1,0g | Salz:0,8g
- 20.11.2019, Menü 1, Rote Linsensuppe mit Mehrkornbrötchen \* Mehrkornbrötchen: a,a1,a3 \* Rote Linsensuppe: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:51,6kcal | F:0,5g | gesFS:0,2g | KH:9,9g | Zu:0,6g | Ew:1,6g | Salz:0,7g
- 21.11.2019, Menü 1, Käsespätzle mit Möhrenwürfeln \* Karottenwürfel: keine \* Käsespätzle: a,a1,b,d,e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:278,8kcal | F:5,8g | gesFS:2,3g | KH:44,6g | Zu:1,2g | Ew:10,7g | Salz:0,4g
- 22.11.2019, Menü 1, Fischfrikadelle\* mit Rahmkartoffeln \* Fischfrikadellen: a,a1,b,d,e,i,j \* Rahmkartoffeln: d,e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:110,2kcal | F:4,1g | gesFS:0,5g | KH:13,0g | Zu:1,3g | Ew:4,8g | Salz:0,8g
- 18.11.2019, Menü 5, Imbiss Gurkenbrot \* Gurkenbrot: a,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:196,1kcal | F:9,2g | gesFS:0,4g | KH:24,8g | Zu:2,5g | Ew:3,4g | Salz:0,6g
- 19.11.2019, Menü 5, Imbiss Fruchtojoghurt \* Fruchtojoghurt: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:99,0kcal | F:3,0g | gesFS:1,9g | KH:14,0g | Zu:13,9g | Ew:3,0g | Salz:0,1g
- 21.11.2019, Menü 5, Imbiss Bananenquark \* Obstquarkspeise: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:122,7kcal | F:3,4g | gesFS:0,2g | KH:13,9g | Zu:13,6g | Ew:8,5g | Salz:0,1g
- 22.11.2019, Menü 5, Imbiss Frischkäsebröt \* Frischkäsebrötchen: a,a1,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:252,6kcal | F:5,4g | gesFS:3,7g | KH:40,6g | Zu:0,8g | Ew:9,2g | Salz:1,1g
- 25.11.2019, Menü 1, Gemüse-Nops mit Tomatensoße \* Gemüse-Nops: a,a2 \* Tomatensauce: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:36,3kcal | F:0,7g | gesFS:0,2g | KH:6,3g | Zu:2,9g | Ew:1,0g | Salz:0,8g
- 26.11.2019, Menü 1, Polentanockerl mit Ratatouillegemüse \* Polentanockerl: d \* Ratatouillegemüse: e,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:200,2kcal | F:1,1g | gesFS:0,2g | KH:47,9g | Zu:1,9g | Ew:5,5g | Salz:0,4g
- 27.11.2019, Menü 1, Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Geflügel-Wienerle\* und Mehrkornbrötchen \* Geflügel-Wienerle: e,l \* Kartoffel-Gemüsesuppe: e,j \* Mehrkornbrötchen: a,a1,a3 \* Nährwerte: 100gr | Kcal:83,7kcal | F:3,1g | gesFS:0,2g | KH:10,2g | Zu:0,6g | Ew:3,4g | Salz:1,1g
- 28.11.2019, Menü 1, Gemüsepizza \* Gemüsepizza: a,a1,a6,d,j \* Nährwerte: 100gr | Kcal:157,5kcal | F:2,1g | gesFS:0,4g | KH:28,9g | Zu:2,3g | Ew:4,7g | Salz:1,3g
- 29.11.2019, Menü 1, Rahmspinat mit Salzkartoffeln \* Rahm-Spinat: d,e,j \* Salzkartoffeln: keine \* Nährwerte: 100gr | Kcal:61,1kcal | F:0,8g | gesFS:0,4g | KH:10,7g | Zu:1,0g | Ew:2,2g | Salz:0,4g
- 25.11.2019, Menü 5, Imbiss Gurkenbrot \* Gurkenbrot: a,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:196,1kcal | F:9,2g | gesFS:0,4g | KH:24,8g | Zu:2,5g | Ew:3,4g | Salz:0,6g
- 26.11.2019, Menü 5, Imbiss Fruchtojoghurt \* Fruchtojoghurt: d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:99,0kcal | F:3,0g | gesFS:1,9g | KH:14,0g | Zu:13,9g | Ew:3,0g | Salz:0,1g
- 28.11.2019, Menü 5, Imbiss Griessbrei \* Griessbrei: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:102,6kcal | F:3,5g | gesFS:2,2g | KH:13,9g | Zu:8,2g | Ew:3,8g | Salz:0,1g
- 29.11.2019, Menü 5, Imbiss Brot mit Scheibenkäse \* Brot mit Scheibenkäse: a,a1,a3,d \* Nährwerte: 100gr | Kcal:314,9kcal | F:15,1g | gesFS:7,6g | KH:27,8g | Zu:0,2g | Ew:16,0g | Salz:1,3g