

# Speiseplan Kita LohkoMotive

Woche: 10.03.-14.03.2025

Montag:	Dienstag:	Mittwoch:	Donnerstag:	Freitag:
Knabbergemüse	Knabbergemüse	Knabbergemüse	Knabbergemüse	Knabbergemüse
Tortellini-Auflauf <sub>a1</sub> mit Tomaten-Soße und Mozzarella <sub>g</sub> überbacken	Vegetarisches Frikassee <sub>a1,c,g</sub> dazu Erbsen, Möhren und Vollkornreis	Lachsfilet <sub>d</sub> mit Zitronen-Dill-Soße <sub>a1,g</sub> und Kartoffeln	Paprika-Zucchini-Gulasch dazu Kartoffeln	Graupen-Creme-Suppe <sub>g</sub> (Möhren, Lauch und Sellerie) Weizen-Fladenbrot <sub>a1,k</sub>
	Obst	Gurkensalat mit Essig/ Öl Dressing <sub>4,l</sub>	Obst	Quarkspeise <sub>g</sub>

\*Unser Knabbergemüse variiert täglich und saisonbedingt. Es besteht aus folgenden Gemüsesorten: Karotten, Gurke, Paprika, Kohlrabi, Tomaten.

### Zusatzstoffe:

1: mit Farbstoff, 2: mit Konservierungsstoffen, 3: mit Nitrat/Nitratpökelsalz, 4: Antioxidationsmittel, 5: Geschmacksverstärker, 6: geschwefelt, 7: geschwärzt, 8: gewachst, 9: mit Phosphat  
 10: mit Süßungsmitteln, 11: enthält eine Phenylaninquelle, 12: mit Zuckerart und Süßungsmitteln, 13: mit Zuckeraustauschstoffen, 14: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken

### Allergene:

a: glutenhaltiges Getreide(a1:Weizen, a2:Roggen, a3:Gerste, a4:Hafer, a5:Dinkel,a6:Kamut), b: Krebstiere, c: Eier, d: Fisch, e: Erdnüsse, f: Soja, g: Milch (einschl. Lactose),  
 h: Schalenfrüchte (h1:Mandel,h2: Haselnuss,h3: Walnuss,h4: Cashew,h5: Paranuss,h6: Pecanuss,h7: Pistazien,h8: Macadamia), i: Sellerie, j: Senf, k: Sesam, l: Schwefeldioxid u. Sulfite, m: Lupine,  
 n: Weichtiere

**Unser Mittagessen hat eine DGE-Zertifizierung erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“.  
 Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft und  
 mit diesem Logo ausgezeichnet.**

