

Speiseplan:

Kita's Heide Umland

Heider
Werkstätten
Heide

Wochentag	Gericht I		Gericht II	
Montag 27. Juli 2026	Frikassee mit Gemüse, Hähnchenfleisch und Reis	1,2,3 Frisches Obst	Frikassee mit Gemüse, vegetarischem Fleisch und Reis	1,2,3
Dienstag 28. Juli 2026	Fischfilet mit Brokkoli in Rahm und Kartoffeln	1,2,3,12 Gemüse Sticks	Spinat Knuspertasche mit Brokkoli in Rahm und Kartoffeln	1,2,3
Mittwoch 29. Juli 2026	Frikadelle mit Kartoffeln, Krautsalat und Bratensoße	1,2,3 Frisches Obst	Milchnudeln mit Apfelmus und Zimt und Zucker	1,2,3
Donnerstag 30. Juli 2026	Nudeln mit Hackfleischsoße und Karottensalat	1,2,3 Joghurt	Nudeln mit Tomatensauce und Karottensalat	1,2,3
Freitag 31. Juli 2026	Hähnchen Gyros Eintopf	2,10,11 Gemüse Sticks	Gyros Eintopf mit vegetarischem Fleisch	2,10,11

Verantwortlich:

André Plath/
Küchenleitung

Änderungen und Irrtum möglich

1 Eier, 2 Milch, 3 Gluten, 4 Nüsse, 5 Schalenfrüchte
6 Schwefeldioxid, 7 Lupinen, 8 Sesam, 9 Soja, 10 Sellerie
11 Senf, 12 Fische, 13 Krebstiere, 14 Weichtiere