

# ERNÄHRUNG



Graceland

Kinderkrippe  
an der Evang. Meile

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung für unsere Kinder ist uns sehr wichtig!

An Hand der nachfolgenden Muster-Speisepläne für Frühstück, Mittagessen und Nachmittags-Snack erhalten Sie einen Einblick in die Ernährung für die Kinder in unserer Einrichtung.

## Unser Frühstück



### LEBENSMITTEL

### INHALTSSTOFFE

Marmelade	8;9
Geflügel-Fleischwurst	10; 5; 2
Käse	8;1
Butter	F
Brot	
Frischkäse	F; 10
Wienerle	7;3;8;
Quark	F
Eier	B
Joghurt	F

1=Farbstoff, 2=Konservierungsstoffe, 3=Phosphat, 4=Süßungsmittel,  
5=Antioxidationsmittel, 6=Schwärzungsmittel, 7=Pökelsalz, 8=Säuerungsmittel,  
9=Geliermittel, 10=Stabilisator

A=Glutenhaltiges Getreide, B=Ei, C=Fisch, D=Erdnüsse, E=Sojabohnen, F=Milch,  
G=Schalenfrüchte, H=Sellerie, I=Senf, J=Sesam, K=Sulfite,

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!



DE-ÖKO-006 Kontrollstelle





## Muster-Speiseplan



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
SUPPE		<b>Hausgemachte Blumenkohlsuppe</b> F,H	<b>Butterklößchen-suppe</b> A,B,F	<b>Hausgemachte Eierflockensuppe</b> A,B,F	<b>Nudelsuppe</b> A,B
HAUPT-SPEISE	<b>Hausgemachte Kürbiscremesuppe</b>  <b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus</b> A,B,F,H	<b>Geschnetzeltes von der Putenbrust mit Paprikasoße und schwäbischen Spätzle dazu Eissalat mit Kräuterdressing</b> A,B,F,H,I	<b>Paniertes vegetarisches Schnitzel mit Risoleekartoffeln dazu Gurkensticks mit Dip</b> A,B,F,H,I	<b>BIO-Spirelli mit Putenschinken-Sahnesoße, dazu Chinakohlsalat mit frischen Gartenkräutern mit Hausdressing</b> 7,A,B,F,H,I	<b>Gemüsebolognese</b>  <b>Langkornreis dazu Blattsalat mit Joghurtdressing</b> A,B,F,H,I
DESSERT					

1=Farbstoff, 2=Konservierungsstoffe, 3=Phosphat, 4=Süßungsmittel, 5=Antioxidationsmittel, 6=Schwärmungsmittel, 7=Pökelsalz **Wir verwenden KEIN Schweinefleisch in unserem Betrieb!**  
A = Glutenhaltiges Getreide B = Ei C = Fisch D = Erdnüsse E = Sojabohnen F = Milch G = Schalenfrüchte H = Sellerie I = Senf J = Sesam K = Sulfite Spuren von Allergenen durch die Verarbeitung im Betrieb sind möglich.

Die im Speiseplan mit  gekennzeichneten Menükomponenten sind 100% aus kontrolliert biologischem Anbau. Weitere Zutaten aus biologischer Herkunft werden mit konventionellen Produkten zusammen verarbeitet und können deshalb nicht mit  gekennzeichnet werden.

## Plan für den Nachmittags-Snack

(für jeweils 4 Wochen)

**MONTAG:** im Rahmen der Projektarbeit bereiten die Kinder ihren Nachmittags-Snack selbst mit zu;

**DIENSTAG:** Apfel-Haferflocken-Kuchen

**MITTWOCH:** Gemüsekekse (kein Salz)

**DONNERSTAG:** Müslikugeln

**FREITAG:** Knäckebrot mit Gemüse (Paprika, Gurke)

**MONTAG:** die Kinder bereiten den Snack zu;

**DIENSTAG:** Karottenkuchen

**MITTWOCH:** Vollkornbrot mit Frischkäse und Gemüse (Paprika, Karotte)

**DONNERSTAG:** Milchreis

**FREITAG:** Zwieback mit Obst

**MONTAG:** die Kinder bereiten den Snack zu;

**DIENSTAG:** Vollkornbrot mit Tomatenbutter, Gurke

**MITTWOCH:** Bananen-Muffins

**DONNERSTAG:** Bananenquark (püriert)

**FREITAG:** Knäckebrot mit Gemüse (Gurke)

**MONTAG:** die Kinder bereiten den Snack zu;

**DIENSTAG:** Gemüsestangen

**MITTWOCH:** Grießbrei mit pürierten Heidelbeeren

**DONNERSTAG:** Kinder-Pizza

**FREITAG:** Zwieback mit Obst

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!