

Dein Menüplan

Aue -Schule Grundschule

	Montag 31.08.2026	Dienstag 01.09.2026	Mittwoch 02.09.2026	Donnerstag 03.09.2026
Kita Menü 1 Mischküche	Hähnchenbruststreifen <G>, Braune Rahmsoße [g, i], Langkornreis, Gurkensalat mit Joghurt [g]	Spiralnudeln [a, a1], Tomatensoße "Italia" <V> [i], geriebenen Käse [g], Joghurt Pfirsich-Maracuja [g]	Geflügelbratwurst <G> (3), Braune Rahmsoße [g, i], Kartoffel Wedges, Apfel	Alaska-Seelachsfilet <F> [a, a1, d, g], Karotten gewürfelt, Kartoffelstampf "hausgemacht" [g]
	Brennwert: 361 KJ / 86 kcal Fett: 3,0 g davon gesättigte Fettsäuren: 0,8 g Kohlenhydrate: 9,2 g davon Zucker: 1,6 g Eiweiß: 7,1 g Salz: 3,07 g	Brennwert: 725 KJ / 173 kcal Fett: 2,4 g davon gesättigte Fettsäuren: 1,0 g Kohlenhydrate: 30,8 g davon Zucker: 5,9 g Eiweiß: 6,2 g Salz: 0,39 g	Brennwert: 477 KJ / 114 kcal Fett: 6,1 g davon gesättigte Fettsäuren: 2,1 g Kohlenhydrate: 10,3 g davon Zucker: 2,3 g Eiweiß: 4,2 g Salz: 2,29 g	Brennwert: 368 KJ / 87 kcal Fett: 1,9 g davon gesättigte Fettsäuren: 0,3 g Kohlenhydrate: 12,5 g davon Zucker: 1,6 g Eiweiß: 3,9 g Salz: 0,50 g
Vegetarisch	Grillkäse auf Gemüse mediterraner Art <V> [g], Tomatensoße "Italia" [i], Reisnudeln [a, a1]		Vegetarisches Schnitzel, paniert <V> [a, a1, a4, c, g], Braune Rahmsoße [g, i], Kartoffelspalten mit Schale, Apfel	Brokkolirösti <V> [a, a1, c, g], Karotten gewürfelt, Stampfkartoffeln [g]
	Brennwert: 573 KJ / 136 kcal Fett: 3,9 g davon gesättigte Fettsäuren: 1,4 g Kohlenhydrate: 20,0 g davon Zucker: 2,9 g Eiweiß: 4,5 g Salz: 0,74 g		Brennwert: 489 KJ / 117 kcal Fett: 5,0 g davon gesättigte Fettsäuren: 0,8 g Kohlenhydrate: 13,3 g davon Zucker: 2,7 g Eiweiß: 3,7 g Salz: 2,35 g	Brennwert: 343 KJ / 81 kcal Fett: 2,3 g davon gesättigte Fettsäuren: 1,0 g Kohlenhydrate: 11,9 g davon Zucker: 1,4 g Eiweiß: 2,2 g Salz: 0,68 g



Freitag
04.09.2026

Penne Rigate [a, a1], Helle
Cremesoße und [f],
Schnittlauchröllchen

Brennwert:
531 KJ / 126 kcal
Fett: 3,0 g
davon gesättigte Fettsäuren: 0,4 g
Kohlenhydrate: 20,5 g
davon Zucker: 1,4 g
Eiweiß: 3,9 g
Salz: 0,55 g
