

KW 46	GBG Menü 1	GBG Menü 2	GBG Vegetarisch
Montag 11.11.24	Tortellinis Tomatensauce Obst Eier,a,a1,Milc Milc	GBG Menü 2	Tortellinis Käsesauce Obst Eier,a,a1,Milc a,a1,a3,Milc
Dienstag 12.11.24	Hot Dog Curly fries Geflügelwürstchen Apfelvanillequark 1,9 a,a1 Milc	Bunter Salatteller Joghurdressing Brötchen Hähnchen-Nuggets Apfelvanillequark Eier,Senf a,Milc Soja,Senf,a,a1,a3,Milc,Sell Milc	Hot Dog Curly fries Vegetarisches Würstc Apfelvanillequark 1,9 a,a1 1 Eier,Soja,a,a1 Milc
Mittwoch 13.11.24	Rinderfrikadelle Sauce Kartoffeldrillinge Karotten in heller Sauce Obst a,Milc,Sell a,Milc	GBG Menü 2	Kartoffel Frischkäse Taler 3 Stück Kartoffeldrillinge Karotten in heller Sauce Obst Milc a,Milc
Donnerstag 14.11.24	Hähnchenkeule Joghurdressing Currysauce Reis Bunte Salatauswahl Mini Berliner Eier,Senf a,Milc Eier,a,a1,Milc,Hase	GBG Menü 2	Nudelauflauf mediterran Joghurdressing Tomatensauce Bunte Salatauswahl Mini Berliner Soja,Senf,a,a1,Milc Eier,Senf Milc Eier,a,a1,Milc,Hase

1=mit Farbstoff

a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
a1=Weizen-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie daraus

a3=Gerste-Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme sowie daraus
Eier=Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
Hase=Haselnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse

9=mit Süßungsmittel(n)

Milc=Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse / inkl.Lactose
Sell=Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse

Senf=Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
Soja=Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse

➤ Rindfleisch

➤ Geflügel

Änderungen vorbehalten!

KW 46	GBG Menü 1			GBG Menü 2			GBG Vegetarisch			
	Nährwert	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB	100g/ml	Portion	% ETB
Montag 11.11.24	BE	0,36	1,42	1 %				0,17	0,66	1 %
	kca	204 kcal	815 kcal	41 %				215 kcal	859 kcal	43 %
	kJ	852	3.407	41 %				897	3.590	43 %
	Fett	2 g	6 g	9 %				4 g	15 g	23 %
	KH	39,66 g	158,63 g	129 %				37,16 g	148,63 g	121 %
	GsFs	0 g	1 g	5 %				2 g	7 g	30 %
	Zuc	5 g	21 g	43 %				3 g	11 g	23 %
	Ball	5 g	18 g	61 %				4 g	15 g	51 %
	Eiw	7 g	27 g	42 %				7 g	29 g	45 %
Dienstag 12.11.24	BE	1,39	7,76	6 %	0,12	0,61	1 %	1,36	7,76	6 %
	kca	251 kcal	1.403 kcal	70 %	168 kcal	836 kcal	42 %	260 kcal	1.483 kcal	74 %
	kJ	1.047	5.865	70 %	618	3.075	37 %	1.088	6.199	74 %
	Fett	16 g	87 g	132 %	10 g	51 g	77 %	16 g	93 g	141 %
	KH	20,60 g	115,33 g	94 %	12,58 g	62,63 g	51 %	20,32 g	115,82 g	94 %
	GsFs	5 g	29 g	122 %	2 g	9 g	38 %	5 g	30 g	126 %
	Zuc	4 g	20 g	40 %	4 g	22 g	44 %	4 g	20 g	40 %
	Ball	1 g	7 g	23 %	1 g	3 g	11 %	1 g	7 g	23 %
	Eiw	7 g	36 g	57 %	5 g	26 g	41 %	8 g	43 g	68 %
Mittwoch 13.11.24	BE	0,62	3,39	3 %				0,59	3,39	3 %
	kca	79 kcal	436 kcal	22 %				100 kcal	574 kcal	29 %
	kJ	332	1.827	22 %				419	2.407	29 %
	Fett	2 g	14 g	21 %				3 g	18 g	27 %
	KH	9,60 g	52,79 g	43 %				15,30 g	87,97 g	72 %
	GsFs	1 g	5 g	21 %				2 g	9 g	38 %
	Zuc	3 g	16 g	32 %				3 g	17 g	34 %
	Ball	1 g	7 g	23 %				1 g	6 g	21 %
	Eiw	4 g	24 g	37 %				2 g	11 g	17 %
Donnerstag 14.11.24	BE	0,06	0,36	0 %				0,73	5,61	5 %
	kca	165 kcal	1.017 kcal	51 %				150 kcal	1.152 kcal	58 %
	kJ	689	4.245	51 %				627	4.806	57 %
	Fett	10 g	62 g	95 %				7 g	52 g	79 %
	KH	11,73 g	72,23 g	59 %				17,50 g	134,08 g	109 %
	GsFs	2 g	13 g	55 %				2 g	12 g	50 %
	Zuc	3 g	16 g	32 %				6 g	46 g	93 %
	Ball	0 g	2 g	8 %				2 g	12 g	39 %
	Eiw	6 g	39 g	61 %				4 g	30 g	46 %

Broteinheiten (BE)
Energie (Kilokalorie (kca)
Energie (Kilojoule) (kJ)

Fett (Fett)
Kohlenhydrate
resor (KH)

Gesättigte Fettsäure (GsFs)
Zucker (gesamt) (Zuc)
Ballaststoffe (Ball)

Eiweiß (Protein) (Eiw)
Gesamt-Kochsalz (Salz)