Der Bio-Mittagstisch im KiDoZ wird täglich frisch gekocht von leckerbiss

KiDoZ

23.11.2026 bis 29.11.2026

Solange der Vorrat reicht.

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag	Bio Pasta[a1] Bio Tomatensauce[i] Bio Erbsen Gemüse Bio Reibekäse [g]	
	821 kcal, 3464 KJ, 10,09g Fett, 3,91g ges. FS, 143,54g KH, 11,08g Zucker, 32,14g Eiweiß, 0,36g Salz	
Dienstag	Gebratene Hähnchenstreifen Bio Sahne Sauce[g] Bio Kartoffelgratin[g] Bio Wirsinggemüse	Bio Gemüse-Käse Frikadelle[a,a1,a4,g] Bio Sahne Sauce[g] Bio Kartoffelgratin[g] Bio Wirsinggemüse
	482 kcal, 2040 KJ, 23,42g Fett, 13,04g ges. FS, 41,05g KH, 11,08g Zucker, 27,33g Eiweiß, 1,39g Salz	725 kcal, 3061 KJ, 30,88g Fett, 15,00g ges. FS, 80,99g KH, 14,28g Zucker, 28,05g Eiweiß, 2,25g Salz
Mittwoch	Bio Kichererbseneintopf[i] Bio Mehrkornbaguette [a,a1,a5]	
	514 kcal, 2159 KJ, 15,72g Fett, 12,42g ges. FS, 72,84g KH, 5,91g Zucker, 16,30g Eiweiß, 1,15g Salz	
Donnerstag	MSC Rotbarsch[d] Paprika- Kokossauce Bio Langkornreis	Bio Gemüse- Kartoffel- Bratling[a] Paprika- Kokossauce Bio Langkornreis
	680 kcal, 2861 KJ, 21,15g Fett, 10,79g ges. FS, 88,20g KH, 10,19g Zucker, 31,57g Eiweiß, 0,64g Salz	706 kcal, 2971 KJ, 21,69g Fett, 10,75g ges. FS, 110,70g KH, 12,89g Zucker, 14,11g Eiweiß, 1,42g Salz
Freitag	Bio Spinat Lasagne [a,a1,g]	
	1038 kcal, 4365 KJ, 30,39g Fett, 17,25g ges. FS, 144,48g KH, 8,03g Zucker, 42,90g Eiweiß, 3,91g Salz	

Legende der deklarationspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe:
a Gluten; a1 Weizen; a2 Roggen; a3 Gerste; a4 Hafer; a5 Dinkel; b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; c Eier und Eierzeugnisse; d Fisch und Fischerzeugnisse; e Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; f Soja und Sojaerzeugnisse; g Milch und Milcherzeugnisse; h Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse; h1 Mandeln; h2 Haselnuss; h3 Walnuss; h4 Kaschunuss; h5 Pecanuss; h6 Paranuss; h7 Pistazie; h8 Macadamianuss; i Sellerie und Sellerieerzeugnisse; j Senf und Senferzeugnisse; k Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse; l Schwefeldioxid und Sulfite; m Lupine und Lupinenerzeugnisse; n Weichtiere und Weichtiererzeugnisse; 1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärker; 5 geschwefelt;
6 geschwärzt; 7 gewachst; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel; 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel;
12 auf Grundlage von Tafelsüße; 13 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam);
14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; 15 unter Schutzatmosphäre verpackt; 16 chininhaltig; 18 mit Milcheiweiß;
32 mit Stärke oder Pflanzenstärke; 33 mit Geflügelfleischanteil; 34 mit Jodsalz; 36 z.T. fein zerkleinertes Fleisch

BIO GOLD 90–99% vom Gesamteinkaufswert bioland.de

Geschäftsführer: Stefan & Jannis Baeßler
HRB Bremen, Nr. 32714 | Ust-IdNr. DE313768784

Wir wünschen einen guten Appetit!