

# Kita- und Schulverpflegung Ascher

Speiseplan für die Woche vom: 19.05.25 bis 23.05.25 - KW 21



Krippe/Kiga/Kita/Hort/Schule	Temperatur		Allergene	Spuren v. Allergenen	Zusatz-stoffe
	Anliefern	Ausgabe			
<i>Montag, 19. Mai 2025</i>					
<b>Kartoffel Gnocchi</b>			GL-b), E		
<b>Käsesauce mit Spinat</b>			GL-b), SEL, M		
<b>Frisches Obst</b>			---		

<i>Dienstag, 20. Mai 2025</i>					
<b>Schnitzel "Wiener Art"</b>			GL-b), M, E		
<b>Selbstgemachter Kartoffelsalat</b>			SE		
<b>Bananen Quark mit Schokosplittern</b>			M		
<b>Vegi: Valess Schnitzel</b>			GL-a), GL-b), E, M		

<i>Mittwoch, 21. Mai 2025</i>					
<b>Pasta</b>			GL-b)		
<b>Sauce Bolognaise</b>			GL-b), SEL		
<b>Frische Rohkost</b>			---		
<b>Vegi: Gemüsebolognaise</b>			GL-b), SEL		

<i>Donnerstag, 22. Mai 2025</i>					
<b>Omas Gemüsesuppe</b>			SEL, M		
<b>Rohrnudeln aus unserer hauseigenen Backstube</b>			GL-b), M, E		
<b>Vanillekirschen</b>			---		

<i>Freitag, 23. Mai 2025</i>					
<b>MSC Seelachs "Reispopper"</b>			F, GL-a, b, c, d)		
<b>Selbstgemachtes Kartoffelpüree</b>			M		
<b>Karotten-Orangen Salat</b>			---		
<b>Vegi: Gemüsepflanzerl</b>			GL-b), SEL, M, E		

<b>EU Zertifizierung</b>	<b>Bio - Zertifizierung BY-005-06329-V</b>	<b>MSC Zertifizierung</b>
--------------------------	--	---------------------------

**Informationen und Aktuelles:** **5 Gründe, warum man öfter mal Gemüsesuppe löffeln sollte...**

**1. Suppen sind nährstoffreich**, bestehen aus unterschiedlichen Gemüsesorten, welche viele Nährstoffe wie Vitamine und Mineralstoffe mit sich bringen. **2. Suppen sind leicht verdaulich** - **3. Suppen entstressen** - **4. Suppen bringen viel Gemüse in kleine Schüsseln**

**5. Suppen bringen viel Flüssigkeit**, Das Suppenwasser selbst stellt einen klaren Pluspunkt in Sachen Gesundheitsförderung dar, damit alle Stoffwechselforgänge gut laufen können und die Zellen mit ausreichend Wasser versorgt werden können. Und auch **unsere Niere dankt es uns, wenn wir genügend „Spülflüssigkeit“ im Körper haben.**

...guten Appetit wünscht Familie Ascher mit Team

Allergene				
<b>GL = Glutenhaltige Getreide</b>	<b>SCHA = Schalenfrüchte</b>	<b>SCHW = Schwefeldioxid + Sulfit</b>	<b>SO = Sojabohnen</b>	<b>ER = Erdnuss</b>
GL-a) = Hafer	SCHA1 = Haselnüsse	SE = Senf	KT = Krebstiere	E = Eier
GL-b) = Weizen	SCHA2 = Walnüsse	SEL = Sellerie	LU = Lupinen	M = Milch
GL-c) = Roggen	SCHA3 = Mandeln	SES = Sesamsamen	WT = Weichtiere	F = Fisch
GL-d) = Gerste				
Zusatzstoffe				
1 = Natripökelsalz 2 = Phosphat 3 = Antioxidationsmittel 4 = Geschmacksverstärker 5 = Konserviert 6 = Geschwefelt 7 = Süßungsmittel 8 = Farbstoffe 9 = enthält eine Phenylalaninquelle 10 = unter Schutzatmosphäre verpackt				
Es können Spuren von allen Allergenen in den Speisen möglich sein. Gerichte mit Schweinefleisch werden im Speiseplan ausdrücklich erwähnt				