

Portionierungsliste Jugendliche KW 36

Komponente	Portionsgröße in Gramm
Hauptkomponenten	
Chicken - Nuggets	110
Frischer Blumenkohl aus dem Vorgebirge	120
Frikadelle	80
Gemüse - Frikadelle	75
Gemüse - Knusperbagel	80
Hähnchenpfanne "Gyros Art"	120
Vegetarische Pfanne "Gyros Art"	150
Currywurst (Schwein und Geflügel)	100
Kabeljau in Tempurateig	90
Lachs- und Gemüsewürfel in Petersiliensoße	150
Süße Gerichte	
Pfannkuchen	240
Vanillesoße	110
Nudelgerichte	
Nudeln Hauptkomponente	260
Bunter Nudelaufauf + Tomatensoße	280 + 60
Asiatische Nudelpfanne	300
Soßen und Dips	
Nudelsonne	100 - 120
Soße	60
Dip	40 - 50
Dressing	15
Beilagen	
Kartoffeln	180
Kartoffelpüree	260
Nudeln	180
Reis	150
Pommes	180
Spezielle Beilagen	
Suppenbrötchen	80
Gemüse und Salat	
Gemüse	75
Blattsalat	30
angemachter Salat	75
Rohkost	50
Dressing	15
Nachspeise	
Gebäck	20 - 45
Joghurt/Pudding/Quark/Creme	100