

# Speiseplan Kita + Schule

KW 2 05.01.26 - 09.01.26



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt
Vorspeise 2			Blattsalat mit Karotte und Mais, dazu Dressing	Gurkensalat mit Dill-Dressing (separat) M,Sf	Blattsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se
Vorspeise 3			Kürbisgemüse (BIO-Kürbis*) M,Se	Maisgemüse M,Se	Wirsinggemüse in Rahm G,M,Se
Menü A	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit Tomatenpaprikasoße (aus BIO-Tomate* & BIO-Paprika*) und Reibekäse M	Linseneintopf (aus BIO-Linsen*) (stückig) Se,Hf mit Brötchen G	Backfisch E,G,F mit Salzkartoffeln und Schnittlauchsoße G,M	Kleine Geflügelbratwürstchen 2,3 mit Kartoffelpüree M	Geflügelspieß mit Reis Se und fruchtiger Currysoße G,M
Menü B	Brokkolicremesuppe (aus BIO-Brokkoli*) G,M,Se mit Vollkornbrot G	Vegetarische Tortellini E,G,M mit heller Rahmsoße G,M,Se	Kartoffelgratin G,M,Se mit Kürbisgemüse (BIO-Kürbis*) M,Se	Veggie-Frikadelle (mit BIO-Tofu*) E,G,Se,Sj,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Joghurtsoße (aus BIO-	Gemüsekroketten G,Se,Hf mit Reis Se und Tomaten-Rahmsoße M,Se
Menü C			Lachswürfel in Schnittlauchsoße G,L,M mit Salzkartoffeln + extra Soße G,M	Vegetarische Bratwurst E,G,M,Se,Sf,Sj,Hf mit Kartoffelpüree M	Hähnchenfleisch-Streifen in Tomaten-Rahmsoße M mit Reis Se
Beilage	Vollkornbrot G	Brötchen G			
Dessert 1			Getrocknete Obstmischung Sw	Himbeer-Quarkcreme M	
Dessert 2	Obst	Müsliriegel E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Wn	Schokopudding M	Haselnuss-Waffel G,Hn,M,Sj	Obst

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen  
Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.



= Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)



= Besonders geeignet für Kinder unter 3 Jahren



\*Bio-Speisen und \*Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021

# Speiseplan Kita + Schule

KW 3 12.01.26 - 16.01.26

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt	Rohkost gemischt
Vorspeise 2		Knabberstreifen	Karotten-Apfel-Salat	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Knabberstreifen
Vorspeise 3					Erbsengemüse M,Se,Hf
Menü A	Kartoffelcremesuppe (mit BIO-Gemüse*) (püriert) M,Se mit Vollkornbrötchen G,Sm	Fischfilet Bordelaise E,G,F mit Reis Se und Kräutersoße G,M,Se	Rührei E,M,Se mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO- Spinat*) G,M	Pasta G,M mit Rinder- Bolognese G,Se und Reibekäse M	Hühnerfrikassee G,M,Se mit Reis Se und Erbsengemüse M,Se,Hf
Menü B	Bunte Pasta E,G,M mit Käsesoße G,M,Se	Paprika-Mais-Puffer (aus BIO-Mais & BIO-Paprika) E,G mit Spätzle E,G,M und Tomaten-Rahmsauce (BIO)	Chili sin Carne E,G,Se,Sf,Sj,Sm,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G	Mit Frischkäse gefüllte Kartoffeltaschen M, dazu Sour Cream M	Kaiserschmarrn (BIO- Milch*) E,G,M mit Apfelmus (BIO*) 2
Menü C		Paniertes Fischfilet E,G,F mit Reis Se und Kräutersoße G,M,Se		Pasta G,M mit hausgemachter rote Pestosoße En,Hn,M,Mn,Wn	Karotten-Kokos-Suppe (mit BIO-Karotte*) (püriert) M,Se mit Bauernbrot G
Beilage	Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se	Blumenkohl (BIO- Blumenkohl*) M,Se			Karotten-Kokos-Süppchen (BIO-Karotte*) M,Se
Dessert 1		Kirschjoghurt M			Rosinen
Dessert 2	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn	Obst	Fruchtpudding M	Obst

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milchzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusszeugnisse, **Sj** = Soja und Sojazeugnisse, **Se** = Sellerie und Selleriezeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusszeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senfzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusszeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen. Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.