

Speisekarte KW 52

Für die Woche vom:

23.12.2019

bis 27.12.2019

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch



Broccoliremesuppe und süße Milchnudeln mit Kirschen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarischer Erbseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste), Sellerie, Senf

Grüne Bandnudeln mit fruchtiger Linsen-Bolognese und Reibekäse

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Romanesco-Gemüse-Knöpflepfanne mit Käserahmsauce

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Mini-Rollen mit China-Sauce und Vollkornreis

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam



Vollkost

Seelachs-Backfisch-Filet mit Dillsauce und Kartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Hühnchengeschnetzeltes mit Langkornreis

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

Schwäbisches Linsengemüse mit Geflügelwiener und Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Sellerie

Fit Pizza Salami mit Rindersalami, Mozzarella und Paprika

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Haschee mit Makkaroni Dunkle Rinderhackfleischsauce mit Makkaroni

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf

3, 8

Gluten-, Laktosefrei

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Nudelpfanne a la Bolognese vom Rind

Omas Gulaschsuppe mit Rindfleisch und Kartoffeln

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Fisch, Sojabohnen

Vegetarisches Süßkartoffel Tikka-Masala mit Basmatireis

Sojabohnen, Senf

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)

3, 11

Obstkorb

Frischer Salat mit American-Dressing

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf

11

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 1

Für die Woche vom:

30.12.2019

bis 03.01.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



DE-ÖKO-003

Vegetarisch



Süßkartoffelpfanne mit Gemüse, mildem Curry, Kokosmilch und Dip

Milch (Lactose), Sojabohnen, Senf

Gemüse-Maultaschen in Gemüsebrühe mit Kartoffelsalat

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier, Sellerie, Senf

Veganer Gemüsebratling im Sesam-Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sojabohnen, Sellerie

Chili sin Carne mit Sour Cream und Langkornreis

Sojabohnen, Milch (Lactose)

Bio-Spaghetti mit Bio-Basilikum-Tomatensauce und Bio-Reibekäse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



Vollkost

Knusprige Seelachsfilet-Kibbelinge mit Butterkartoffeln und Remoulade

Fisch, Milch (Lactose), Eier, Senf

Rindfleisch-Maultaschen in Gemüsebrühe mit Kartoffelsalat

Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf

Rindfleischburger im Sesam-Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Senf

Putengyrospfanne mit Zwiebeln, Weißkohl, Langkornreis und Sour Cream

Milch (Lactose)

Putengulasch mit Champignons und Karotten, dazu Vollkornnudeln

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten-, Laktosefrei

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

3

Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

Beef-Chili mit Quinoa Langkornreis

Nudelpfanne a la Napoli

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Salat mit Kräuter-Kartoffel-Vinaigrette

11

Sahnepudding Schoko

Milch (Lactose)

Heidelbeer-Joghurt

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit American-Dressing

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Obstkorb

11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Speisekarte KW 2

Für die Woche vom:

06.01.2020

bis 10.01.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch



Bunte Bandnudeln mit vegetarischer Carbonarasauce

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen

Kartoffel-Gemüserösti mit Sour Cream und Salat

Gluten (Hafer), Milch (Lactose), Eier, Senf, Schwefeldioxid/Sulfit, Sellerie

3

Tomatencremesuppe und Feiner Milchreis mit roter Beerengrütze

Milch (Lactose),

11

Fit Pizza Margherita mit Tomaten und Käse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarischer Linseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste), Sellerie



Vollkost

Hühnerfrikassee mit Spargel und Möhren dazu Vollkornreis

Milch (Lactose)

Rindergeschnetzeltes mit Champignons und Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Eier, Senf

Mini-Geflügelbratwürstchen mit Sauerkraut und Kartoffelstampf

Milch (Lactose)

3, 8

Wellenbandnudeln mit Lachsauce

Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)

1

Kleine Putenfrikadellen mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen, Gerste), Eier, Milch (Lactose), Senf

Gluten-
Laktosefrei

Nudelpfanne a la Bolognese vom Rind

Omas Gulaschsuppe mit Rindfleisch und Kartoffeln

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Fisch, Sojabohnen

Vegetarisches Süßkartoffel Tikka-Masala mit Basmatireis

Sojabohnen, Senf

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Buttermilch-Dessert-Orange-Limette

Milch (Lactose)

Sahne-Pudding-Karamell

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit American-Dressing

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf

11

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Speisekarte KW 3

Für die Woche vom:

13.01.2020

bis 17.01.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



DE-ÖKO-003

Vegetarisch

Leckeres Mais-Feta-Ragout mit Polentatalern

Eieromelett mit Spinat und Butterkartoffeln

Schupfnudel-Gemüsepfanne
mit Romanesco, Karotten,
Blumenkohl und Sauce

Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten-Basilikum-
Sauce und Bio-Reibekäse

LAHMACUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit
Salat und Joghurtsauce



Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose),
Sellerie

Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Schalenfrüchte (Mandeln,
Haselnüsse),

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)



Vollkost

Mini-Geflügelcurrywurstchen mit Backofen-
Pommes

Fruchtiges Hähnchengeschnetzeltes mit
Limettensaft und Basmatireis

Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und
Vollkornreis

Seelachs-Backfisch-Filet mit Rahmwirsing und
Salzkartoffeln

Mini-Piccata von der Pute mit Spaghetti und
Tomatensauce

Senf

Milch (Lactose)

Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

8

Gluten-
Laktosefrei

Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl
und Salzkartoffeln

Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis

Nudelpfanne a la Napoli

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

Sojabohnen

3

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Waldfrucht-Pudding

Obstkorb

Frischer Salat mit American-Dressing

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Milch (Lactose)

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3

11

3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Speisekarte KW 4

Für die Woche vom:

20.01.2020

bis 24.01.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

Tortellini mit Tomate-Mozzarella gefüllt, dazu Tomatensauce

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarisches Goudaschnitzel mit Leipziger Allerlei, Sauce und Langkornreis

Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

Kartoffelrösti mit Linsen-Gemüse-Ragout, Sour Cream und Salat

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Schwefeldioxid/Sulphit

Karottencremesuppe und Pancakes mit Vanillesauce und Kirschen-Grütze

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier

Deftiger Kartoffeleintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie



1, 2

3



Vollkost

Putensteak mit Kohlrabigemüse, Sauce und Vollkornnudeln

Gluten (Weizen)

Fischstäbchen mit Spinat und Butterkartoffeln

Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Paniertes Putenbrustschnitzel mit Erbsen-Möhrengemüse, Sauce und Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Senf

Spaghetti Bolognese vom Rind mit Reibekäse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gebackene Hähnchenkeule mit Tomatenreis und Sauce

Gluten-, Laktosefrei

Nudelpfanne a la Bolognese vom Rind

Omas Gulaschsuppe mit Rindfleisch und Kartoffeln

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Fisch, Sojabohnen

Vegetarisches Süßkartoffel Tikka-Masala mit Basmatireis

Sojabohnen, Senf

Hühnchengeschnitzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Salat mit American-Dressing

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf
11

Kirsch-Quark-Dessert

Milch (Lactose)

Obstkorb

Pfirsich-Aprikosen-Pudding

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit
3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Speisekarte KW 5

Für die Woche vom:

27.01.2020

bis 31.01.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

Broccoli-Vollkornreis-Pfanne mit Käserahm

Vegetarische Knuspernuggets mit Risi Bisi und fruchtiger Tomatensauce

Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Schupfnudel-Sauerkraut-Pfanne mit Sahnesauce

Ofenfrische Reibekuchen mit Apfelmus



Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier

Eier, Schwefeldioxid / Sulphit

1

3

3



Vollkost

Seelachsfilet "Bordelaise" mit würziger Auflage und Rahmkartoffeln

Rinderfrikadelle mit Risi Bisi und dunkler Sauce

Paniertes Putenbrustschnitzel mit Karotten-Bohngemüse, Sauce und Kartoffeln

Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Maccaroni

Rindergulasch mit Kartoffelknödeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Gluten, (Weizen), Milch (Lactose), Senf, Eier

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Senf

1

Gluten-
Laktosefrei

Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis

Nudelpfanne a la Napoli

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

Sojabohnen

3

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Heidelbeer-Joghurt

Obstkorb

Frischer Salat mit American-Dressing

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
2

Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf
11

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit
3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt