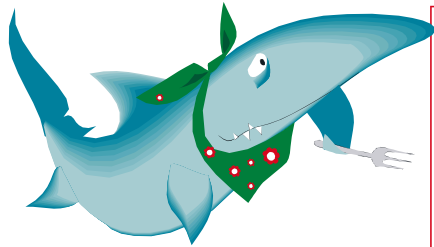


KINDER-SPEISEPLAN

KW: 47
SPEISEPLAN VOM 18.11. BIS 24.11.24



FRISCH, GESUND UND LECKER

Wir möchten mit unserem Speiseplan dazu beitragen, dass Kinder sich gesund ernähren und Ihnen eine breite Auswahl an täglichen Gerichten zur Verfügung stellen.

- Rind • Schwein • Fisch •
- Geflügel • Wild • Lamm •
- Vegetarisch •

[A] = Glutenhaltiges Getreide (A1 = Weizen, A2 = Roggen, A3 = Gerste, A4 = Hafer, A5 = Dinkel, A6 = Kamut oder A7 = Hybridstämme davon)
 [B] = Krebstiere / Krebstiererzeugnisse • [C] = Eier / Eierzeugnisse
 [D] = Fisch / Fischeerzeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnüsseerzeugnisse
 [F] = Soja / Sojaerzeugnisse • [G] = Milch / Milcherzeugnisse einsch. Lactose
 [H] = Schalenfrüchte (H = Mandel, H1 = Haselnuss, H2 = Walnuss, H3 = Cashew, H4 = Pecannuss, H5 = Paranuss, H6 = Pistazie, H7 = Macadamianuss und H8 = Queenslandnuss)
 [I] = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • [J] = Senf / Senferzeugnisse • [K] = Sesam / Sesamerzeugnisse
 [L] = Schwefeloxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinenerzeugnisse
 [N] = Weichtiere / Weichtiererzeugnisse
 1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel
 4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwärzt 6 = gewachst 7 = mit Phosphat
 8 = mit Süßungsmittel(n) 9 = Aspartam-Phenylalaninquelle 10 = geschwefelt
 11 = coffeinhaltig 12 = chininhaltig

Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet.
 Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.

	A	B	C	D
Montag 18.11.2024	"Makkaroni al Forno" Hackfleischsauce vom Geflügel und Rind, dazu Käsemakkaroni A1,F,G,L1 5,9 BE	Geflügelsteak mit Geflügelsauce, Mischgemüse und frischen Stampfkartoffeln A1,F,G,L1 3,3 BE	Klassisches Eieromelette mit feinem Rahmspinat und Salzkartoffeln A1,C,G,L1 3,2 BE	Frischer Rindfleischsuppentopf mit frischem Gemüse (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I1 2,9 BE
Dienstag 19.11.2024	Hühnerfrikassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis A1,G,I3 6,7 BE	Frischer Markteintopf mit Möhren, Bohnen, Kartoffeln und Geflügel Bockwurst (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I,2,3 2,9 BE	Gemüse-Köttbullar mit Käselauchsauce und Bulgur A1,C,G,L1 7,3 BE	Frisches Salatbuffet Bunte Salatmischung, Tomatenwürfel, Mais, Möhrenwürfel, Gurkenhalbmonde, Joghurt dressing und 2 Stück Goudaherzen paniert (kalt) <small>ad Anfrage</small>
Mittwoch 20.11.2024	Hähnchenfrikadelle mit Geflügelsauce, Kohlrabi und Salzkartoffeln A1,C,F,G,L1 3,6 BE	Vegetarische Currywurst mit Reis und Zucchinisalat A1,C,F,G,L1 7,1 BE	Leckerer Möhreintopf mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,C,F,J,L1 4,1 BE	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott A1,C,G 10,4 BE
Donnerstag 21.11.2024	Hähnchen Hackbraten in Sauce dazu buntes Gemüse und Reis A1,C,F,G,L1 5,9 BE	Hähnchenfiletstreifen mit Pilzrahmsauce dazu Spätzle A1,C,G,L1 5,0 BE	Bunte Nudeln mit Brokkoli - Gemüsesauce A1,G,L1 5,9 BE	FIT-PIZZA wahlweise in den Sorten Vegetaria, Margarita, Margarita-Speziale, Salami-Paprika oder Thunfisch-Zwiebeln <small>Achtung Kalorienlieferung! Nährwerte auf Anfrage</small>
Freitag 22.11.2024	Frische Reibekuchen mit leckerem Apfelmus A1,C 6,8 BE	Gebackener Fleischkäse mit Spinat und Stampfkartoffeln A1,G,I,1,2,3 3,9 BE	Gedünstetes Rotbarschfilet natur mit milder Sensauce, Pariser Karotten und Kartoffeln A1,D,G,L1 3,9 BE	Spitzkohlgemüse mit Rinderfrikadelle A1,C,I1 0,9 BE



ROHKOST ALS FINGERFOOD UND FRISCHE SALATE ERHALTEN SIE AUF ANFRAGE.

Neben „kindgerechten“ Menüs findet auch die traditionelle Küche in unseren Plänen ihren Platz. Wir finden dieses wichtig, da in vielen Haushalten dieses leider keine Berücksichtigung mehr findet und somit leider eine Menge Tradition und Esskultur verloren geht.

GESUNDHEITSBEWUSST GEKOCHT:

Unsere Rezepte sind grundsätzlich salzarm erstellt. Wir verwenden als Standard Rapsöl. Gemüse wird schonend zubereitet (im Kombidämpfer gedämpft). Wir verwenden in der Küche nur Milch mit 1,5% Fettgehalt. Unser Püree wird frisch aus Kartoffeln zubereitet (kein Tütenpulver).

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihr Küchenteam

