



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 / Krebstierzergüsse • [C] = Eier / Eierzergüsse
[D] = Fisch / Fischzergüsse • [E] = Erdnüsse / Erdnusszergüsse
[F] = Soja / Sojaerzergüsse • [G] = Milch / Milchzergüsse einschl. Lactose
[H] = Schalenfrüchte (H = Mandel, H1 = Haselnuss, H2 = Walnuss, H3 = Cashew, H4 = Pistachie, H5 = Paranuss, H6 = Pistazie, H7 = Macadamianuss und H8 = Queenslandnuss)
[I] = Sellerie / Selleriezergüsse • [J] = Senf / Senferzergüsse • [K] = Sesam / Sesamerzergüsse
[L] = Schwefeldioxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinerzergüsse
[N] = Wechsellager / Weichkäse
1 = mit Paracetamol 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel
4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwürfält 6 = gewaschen 7 = mit Phosphat
8 = mit Süßungsmitteln 9 = Aspartam-Phenylalaninquelle 10 = geschwefelt
11 = koffeinhaltig 12 = cholesterinhaltig
Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.

KINDER-SPEISEPLAN

KW: 15
SPEISEPLAN VOM 07.04. BIS 13.04.25



ROHKOST ALS FINGERFOOD UND FRISCHE SALATE ERHALTEN SIE AUF ANFRAGE.

	A	B	C	D
MONTAG 07.04.2025	"Panieretes" Seelachsfilet mit Erbsensauce und Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis A1, D, G, L, I 5,3 BE	Asiatisches Wockgemüse mit Asia Nudeln A1, F, J 8,2 BE	Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischeinlage (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1, I 3,0 BE	Pizzafrikadelle (Geflügelfrikadelle mit Käse überbacken) dazu Kartoffelsalat (Achtung! Kaltgericht) A1, C, G, L, J, 2, 3, 5, 9 3,4 BE
DIENSTAG 08.04.2025	Geflügelgulasch mit Möhrengemüse und Fusilli Nudeln A1, M, F, J 6,3 BE	Nudelaufauf mit Brokkoli und Hackfleisch A1, G, L, 5, 9 9,3 BE	Eieromelette mit feinem Blattspinat und frischen Stampfkartoffeln A1, C, G, L, 5, 9 2,9 BE	Frische Wirsing-Rinderhack-Pfanne dazu Salzkartoffeln A1, G, L, 5, 9 3,7 BE
MITTWOCH 09.04.2025	Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln A1, G, I 5,2 BE	Cevapcici vom Rind mit hausgemachten Djuwetschreis und pikantem Krautsalat A1, C, I, 2, 3, 5, 9 5,3 BE	Seelachsfilet im Backteig mit Buttersauce, dazu Petersilienkartoffeln und Möhrensalat A1, D, G, I 5,6 BE	Klassischer Makkaroniaufauf mit fruchtiger Basilikum-Tomaten-Sauce und mit Käse überbacken A1, G, L, 5, 9 7,7 BE
DONNERSTAG 10.04.2025	Seelachsfilet "Naturell" mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Kartoffeln A1, D, G, L, I 3,6 BE	Berliner Currywurst mit leckerer Curry-Ketchup-Sauce, Reis und Gurkensalat A1, C, I, 2, 3, 4, 5 6,6 BE	Farfalle mit leckerer Käse-Spinat-Sauce A1, G, L, 5, 9 6,5 BE	Frisches Salatbuffet Gurke, Tomate, Paprika, Gyros, Kidneybohnen, Mais, Dressing, 1 Stck. Fladenbrot (Aufpreis 0,80 € p. Kind) I, A, C, E
FREITAG 11.04.2025	Leckeres Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischsalat A1, C, G, L, 1, 3 7,8 BE	Paniertes Schollenfilet mit einer leichten Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat A1, D, G, L, J, 3 3,5 BE	Kartoffeltaschen gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten-Zucchini-Gemüse und frischen Stampfkartoffeln A1, G, L, 4, 5, 9 5,0 BE	Italienischer Gemüseeintopf mit Ratatouille Mix (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1, L, 5 4,6 BE

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

DORTMUNDER MENÜSERVICE
Alter Hellweg 140 · 44379 Dortmund
Tel.: 0231 – 96 330 90 · Fax: 0231 – 96 330 950
E-Mail: info@do-ms.de · Web: www.do-ms.de

