






















































09.12.- 13.12.2024 Warm	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>BIO – MENÜ</b> 100% BIO!	* Penne A;C mit Rindfleischbolognese A;I;J, Reibekäse G und Blattsalat Beerenquark G	(V) Erbsen-Kartoffelsuppe A;G;I;J (V) Kleine Dampfnudeln A;C;G mit Vanillesoße G und Apfelmus	* Spaghetti A;C mit Erbsen-Putenschinken-Sahnesoße A;G;I;J;O und Blattsalat Banane	(V) Gemüsereis mit Mais, Erbsen, Paprika I;J und Tomatensoße A;I;J, dazu ein Gurkenstück Erdbeerjoghurt G	(V) Vegihack-Gemüse-Tomatenhaschee A;I;J mit Kartoffelstampf G Mandarine
<b>Suppe</b>	 (V) Klare Gemüsesuppe mit Nudeln A;C;I;J	 (V) Bio-Erbsen-Kartoffelsuppe A;G;I;J	 (V) Kürbiscremesuppe A;G;I;J	  (V) Gebrannte Gießsuppe A;I;J	 (V) Pilzrahmsuppe A;G;I;J
<b>Dessert</b>	 Bio-Beerenquark G	Müsliriegel	Vanillepudding G	Bio-Erdbeerjoghurt G	 Stracciatellajoghurt G
<b>Obst/ Rohkost</b>	 1 Bio-Apfel	  1 Tomate	  Bio-Banane	  Bio-Gurkenstück	 Bio-Mandarine
<b>Menü I</b> Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	(V) 2 Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt, dazu Remouladendip A;C;G;I;J	*Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce A;G;I;J	 *Gebratenes Seelachsfilet in Gemüse-Kräutersoße A;D;G;I;J	 *Rindfleischküchle mit Hamburgersoße A;C;E;F;I;J	*Kalbsbraten in Rahmsauce A;G;I;J
<b>Menü II</b> Zur Auswahl: Sättigungsbeilage/ Gemüse/ Salat	 (V) Vegetarisches Currywurstgulasch A;C;I;J;E;F	 (V) Gebratene Vollkorn-Hörnlenudeln mit Ei, Kräutern und Tomatensoße Ad;C;I;J	(V) Gemüse-Pilzragout in Paprika-Sauerrahmsauce A;G;I;J	(V) Vegi-Gemüseküchle mit Hamburgersoße A;C;E;F;I;J	 (V) Spätzle mit vegetarischer Gemüserahmsauce A;C;G;I;J
<b>Sättigungsbeilage I</b>	 Salzkartoffeln	Spätzle A;C	 Salzkartoffeln	 Hamburgersemmel A;K	Spätzle A;C
<b>Sättigungsbeilage II</b>	  Bio-Reis	Kartoffelpüree G	  Couscous A	 Kleine Rösti c	 Bio-Vollkornreis
<b>Gemüsebeilage</b>	 Gemüsemais	  Erbsen	  Brokkoli	 Zuckermais	 Karottengemüse
<b>Salat</b>	  Bio-Blattsalat	 Bohnensalat I;J	Coleslaw C;G;I;J	  Gurken und Tomatenscheiben	  Rote-Bete-Apfelsalat I;J
<b>Salatdressing</b>	 Bio-Dressing 0,5 L I;J	 Kräuterdressing 0,5 L I;J	 Bio-Dressing 0,5 L I;J	 Paprika-Sauerrahmdressing 0,5 L G;I;J	 Frenchdressing 0,5 L G;I;J
<b>Sonderkost</b> Ohne Suppe/ ohne Dessert	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt	Sonderkost nach ärztlicher Anforderung einzeln verpackt
<b>Wissenswertes</b>  = Vegan	Wenn man nach einer gesunden und schmackhaften Alternative zu Fleischgerichten sucht, ist das vegetarische Currywurstgulasch eine hervorragende Option.	Die Erbsen enthalten viele Vitamine und Mineralstoffe. Dazu gehören Vitamin E, B und Beta- Carotin sowie Magnesium, Eisen, Kalzium und Zink.	Der Seelachs ist reich an Eiweiß, B-Vitaminen und Mineralstoffen – diese sind sehr wichtig für das Wachstum und die Entwicklung.	Das Rindfleisch ist ein wichtiger Nährstofflieferant. Eiweiß, Vitamin A, Vitamin B, Eisen, Zink und Selen – diese Inhaltsstoffe finden sich alle in dem Rindfleisch.	Der Rote-Bete-Apfelsalat ist eine erfrischende und gesunde Option für die Mahlzeit, hat einen leckeren Geschmack und ist reich an Mineralstoffen und Vitaminen.

Allergene und deklarationspflichtige Zusatzstoffe: A = Weizen- Gluten; Ar = Roggen- Gluten; Ah = Hafer- Gluten; Ad = Dinkel- Gluten; Ag = Gerste- Gluten; B = Krebstiere; C = Eier und Eierzeugnisse; D = Fisch und Fischerzeugnisse; E = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; F = Soja und Sojaerzeugnisse; G = Milch und Milcherzeugnisse; H = Schalenfrüchte; Hh = Haselnüsse; Hm = Mandeln; Hw = Walnüsse; Hc = Cashewkerne; I = Sellerie und Sellerieerzeugnisse; J = Senf und Senferzeugnisse; K = Sesamsamen; L = Schwefeldioxid und Sulfide; M = Lupinen; N = Weichtiere (Schnecken, Muscheln, Kalmare, Austern); O = mit Konservierungsstoffe; \* = ohne Schweinefleisch / (V) = vegetarisch;

Die Komponenten mit dem DGE- Logo  entsprechen dem „DGE- Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE- Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.