

### Legende

	vegetarisches Menü
	vegetarisches Menü für alle
	vegetarisches Menü, wenn es Fisch gibt
	Fisch, für alle die Fisch Essen dürfen
	fleischhaltiges Menü
	Nachttisch für alle



**KW 46: 14.11.-18.11.2022**

### Montag

### Dienstag

### Mittwoch

### Donnerstag

### Freitag

#### Menü 1



Gemüse-Pfanne mit Vollkornreis, Zucchini, Möhrenstifte, Weißkohl und Bio-Zwiebeln 1  
Tomaten-Schafskäse-Dip 1, 3, 7

220 kcal/100 g

Kartoffel-Gemüse-Rösti 1, 3  
Langkornreis  
Gemüse-Dip (Möhren, Gurken, Mais) 1, 3, 7

187 kcal/100 g

Gemüseschnitzel 1, 3, 6, 7, 9, 10  
Kartoffelpüree 7  
Bohnensalat in Joghurt-Dressing 1, 3, 7

79 kcal/100 g

Vollkorn-Pasta mit Soja-Hack, Tomaten, Zucchini und Paprika 1, 6

Basilikumsauce 1, 7

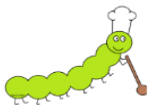
104 kcal/100 g

Tomatencremesuppe mit Reismüde-Einlage und Leinsamen 1, 7

ein Scheibe Mehrkornbrot 1, 1c, 1e, 11

62 kcal/100 g

#### Menü 2



Gebratene Pasta 1, 10  
Erbsen in Tomatensauce 1

101 kcal/100 g

Lachs-Gemüse-Sauce mit Brokkoli, Blumenkohl und Bio-Karotten 1, 4, 7

Vollkornreis

135 kcal/100 g

Hähnchenbrust in Bratensauce 1  
Langkornreis

Erbsen in Rahm 1, 7

124 kcal/100 g

Kartoffel-Spinat-Gratin mit Gouda überbacken 1, 3, 7

Blattsalat  
Essig-Öl-Dressing 10

57 kcal/100 g

Vegetarische Bolognese mit Tomaten, Möhren, roten Linsen, Sellerie und Lauch 1, 9, 10

Spiral-Nudeln 1

175 kcal/100 g

**Dessert 1** Quarkspeise "leicht gesüßt" 7 | 80 kcal Saisonales Frischobst Joghurtspeise "leicht gesüßt" 7 | 62 kcal Saisonales Frischobst 39 kcal



BIO Produkt aus kontrolliert biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

Allergenkennzeichnung nach VO (EU) 1169/2011 enthält: 1a Gluten\* (1 Weizen\*, 1b Roggen\*, 1c Gerste\*, 1d Dinkel\*, 1e Hafer\*, 1f Kamut\*), 2 Krebstiere\*, 3 Ei\*, 4 Fisch\*, 5 Erdnüsse\*, 6 Soja\*, 7 Milch einschließlich Laktose\*, 8 Schalenfrüchte\* (8a Mandeln, 8b Haselnuss, 8c Walnuss, 8d Cashewnuss, 8e Pekannuss, 8f Paranuss, 8g Pistazien, 8h Macadamia, 8i Queenslandnuss), 9 Sellerie\*, 10 Senf\*, 11 Sesam\*, 12 Sulfite\*, 13 Lupinen\*, 14 Weichtiere\* (\*und daraus gewonnene Erzeugnisse). Betriebsbedingt können Spuren von 1-14 enthalten sein. Zusatzstoffkennzeichnung nach ZzulV: a „mit Farbstoff“, b „mit Konservierungsstoff“/„mit Nitritpökelsalz“, c „mit Antioxidationsmittel“, d „mit Geschmacksverstärker“, e „geschwefelt“, f „geschwärzt“, g „gewachst“, h „mit Phosphat“, i „mit Süßungsmittel(n)“, j „enthält Phenylalaninquelle“

**Kcal-Angaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Nährwerte pro 100g.** Kurzfristige Änderungen des Speiseplans vorbehalten.

	= vegetarisch
	= mit Geflügelfleisch
	= mit Rindfleisch
	= mit Fisch
	= Gemüse- und Rindhybrid

Die Menülinien 1 und 2 mit dem -Logo entsprechen in Verbindung mit dem Dessert 1 dem "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas" und dem "DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. zertifiziert.

Stand: 10.08.2022