



DER SPEISEPLAN FÜR 46

Nährstoffoptimiert. Gesund. Einfach lecker.

	Montag 13.11.23	Dienstag 14.11.23	Mittwoch 15.11.23	Donnerstag 16.11.23	Freitag 17.11.23
Gericht 1	Passierte Kartoffelcremesuppe 12;15 und Mehrkornbaguette 8;8A;8B;8C;8E;16	Geflügelbällchen ^{8;8a;9} mit Reis, Erbsen und Rahmsoße ¹²	Rindergulasch mit Brechbohnen und Bio Vollkornnudeln ^{8,8a}	Backfisch ¹⁰ mit Rahmspinat ¹² und Reis. Dazu Gurkensalat	Pfannkuchen ^{8;8a;9;12} mit warmen Kirschkompott
Gericht 2		Gemüsefrikadelle ^{8;8A;9} (Möhre, Romanesco, Mais) mit Reis, Erbsen und Rahmsoße ¹²	Gemüsegulasch mit Brechbohnen und Bio Vollkornnudeln ^{8;8a}	Polentaschnitte ^{9;12} mit Rahmspinat ¹² und Reis. Dazu Gurkensalat	
Dessert	Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Kirsche	Milchpudding - Schoko ¹²	Dehlwes Bio Quark ¹² mit Mandarine	Dehlwes Bio Joghurt mit Vanille ¹²	Karotten
	Birne	Gurke	Banane		Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Himbeere

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

ALLERGENE & ZUSATZSTOFFE

- | | | |
|---------------------------------|---|--|
| 1) MIT FARBSTOFFEN | 9) ENTHÄLT EI | 15) ENTHÄLT SELLERIE |
| 2) GEWACHT | 10) ENTHÄLT FISCH | 16) ENTHÄLT SESAM |
| 3) MIT PHOSPHAT | 11) ENTHÄLT SOJA | 17) ENTHÄLT LUPINE |
| 4) MIT KONSERVIERUNGSMITTELN | 12) ENTHÄLT MILCH / LAKTOSE | 18) ENTHÄLT SCHWEFELDIOXID UND SULFITE |
| 5) GESCHWEFELT | 13) ENTHÄLT SCHALENFRÜCHTE | 19) KOHLENHYDRATE |
| 6) MIT ANTI-OXIDANTSMITTELN | 14) 14A=MANDELN, 14B=HASELNÜSSE, 14C=WALNÜSSE, | 20) SENF- UND SENFERZEUGNISSE |
| 7) MIT SÜSSUNGSMITTELN | 14D=CASHEWNUESSE, 14E=PECANNUESSE, 14F=PISTAZIEN, | |
| 8) ENTHÄLT GLUTEN | 14H=MACADAMIANUESSE, 14I=SONNENBLUMENKERNE | |
| 8A=WEIZEN, 8B=ROGGEN, 8C=HAFER, | | |
| 8D=DINKEL, 8E=GERSTE, 8F=KAMUT | | |













DE-ÖKO-006






DER SPEISEPLAN FÜR 47

Nährstoffoptimiert. Gesund. Einfach lecker.

	Montag 20.11.23	Dienstag 21.11.23	Mittwoch 22.11.23	Donnerstag 23.11.23	Freitag 24.11.23
Gericht 1	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Spargel ¹² mit Reis 	Linseneintopf ¹⁵ Dazu Mehrkornbaguette ^{8;8A;8B;8C}	Chickennuggets ^{8;8a} und Salzkartoffeln. Dazu Rahm-Kohlrabi ¹² und Karottensalat	Spätzle ^{8;8A;9} mit Käsesoße ¹² und Röstzwiebeln ^{8;8A}	Wildlachsragout ^{10;12} mit Bio-Vollkornnudeln ^{8;8a} und Kräuterkarotten 
Gericht 2	Gemüsefrikassee mit Erbsen, Spargel ¹² mit Reis		Brokkoli-Nuggets ^{8;8a;8e;9;11;12} und Salzkartoffeln. Dazu Rahm-Kohlrabi ¹² und Karottensalat 		Gemüseragout ¹² (Brokkoli, Blumenkohl, Karotten) mit Bio-Vollkornnudeln ^{8;8a} und Kräuterkarotten
Dessert	Obst der Saison	Honigmelone 	Dehlnes Bio Joghurt ¹² mit Erdbeere 	Gurke 	Apfel 
	Dehlnes Bio Natur-Joghurt ¹² 	Pancake		Milchpudding- Vanille ¹²	Dehlnes Bio Quark ¹² mit Bananensplit

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

ALLERGENE & ZUSATZSTOFFE

- | | | |
|--|---|--|
| 1) MIT FARBSTOFFEN | 9) ENTHÄLT EI | 15) ENTHÄLT SELLERIE |
| 2) GEWACHT | 10) ENTHÄLT FISCH | 16) ENTHÄLT SESAM |
| 3) MIT PHOSPHAT | 11) ENTHÄLT SOJA | 17) ENTHÄLT LUPINE |
| 4) MIT KONSERVIERUNGSMITTELN | 12) ENTHÄLT MILCH / LAKTOSE | 18) ENTHÄLT SCHWEFELDIOXID UND SULFITE |
| 5) GESCHWEFELT | 13) ENTHÄLT SCHALENFRÜCHTE | 19) KOHLENHYDRATE |
| 6) MIT ANTI-OXIDANTSMITTELN | 14) 14A=MANDELN, 14B=HASELNÜSSE, 14C=WALNÜSSE, | 20) SENF- UND SENFERZEUGNISSE |
| 7) MIT SÜSSUNGSMITTELN | 14D=CASHEWNUESSE, 14E=PECANNUESSE, 14F=PISTAZIEN, | |
| 8) ENTHÄLT GLUTEN | 14H=MACADAMIANUESSE, 14I=SONNENBLUMENKERNE | |
| 8A=WEIZEN, 8B=ROGGEN, 8C=HAFER, 8D=DINKEL, 8E=GERSTE, 8F=KAMUT | | |



DE-ÖKO-006






DER SPEISEPLAN FÜR 48

Nährstoffoptimiert. Gesund. Einfach lecker.

	Montag 27.11.23	Dienstag 28.11.23	Mittwoch 29.11.23	Donnerstag 30.11.23	Freitag 01.12.23
Gericht 1	Würstchen-Gulasch ^{9;8;15} mit Reis	Seelachsfilet ¹⁰ mit Tomatensauce und Reis. Dazu Tomatensalat	Käselauchsuppe ^{12;15} mit Mehrkornbaguette 8;8a:8b;8c;8e	Geflügelbällchen und Geschmelzte- Knöpfe ^{8;8a;9} mit Urmöhren. Dazu braune Rahmsauce ¹²	Rinderbolognese ¹⁵ mit Bio-Vollkornnudeln ^{8;8a}
Gericht 2	Blumenkohl-Paprika- Gulasch mit Reis	Falafelbällchen ^{8;8a} mit Tomatensauce und Reis. Dazu Tomatensalat		Gemüsebällchen ⁹ (Erbsen,Mais,Möhre) und Geschmelzte-Knöpfe 8;8a;9. Mit Urmöhren. Dazu braune Rahmsauce ¹²	Gemüsebolognese ¹⁵ (Paprika, Sellerie) mit Bio- Vollkornnudeln ^{8;8a}
Dessert	Gurke	Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Kirsche	Birne	Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Kirsche	Karotten
	Dehlwes Bio Quark ¹² mit Vanille		Karamellpudding ¹²	Apfel	Dehlwes Bio Quark ¹² mit Erdbeere

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

- ALLERGENE & ZUSATZSTOFFE**
- | | | |
|------------------------------|---|--|
| 1) MIT FARBSTOFFEN | 9) ENTHÄLT EI | 15) ENTHÄLT SELLERIE |
| 2) GEWACHT | 10) ENTHÄLT FISCH | 16) ENTHÄLT SESAM |
| 3) MIT PHOSPHAT | 11) ENTHÄLT SOJA | 17) ENTHÄLT LUPINE |
| 4) MIT KONSERVIERUNGSMITTELN | 12) ENTHÄLT MILCH / LAKTOSE | 18) ENTHÄLT SCHWEFELDIOXID UND SULFITE |
| 5) GESCHWEFELT | 13) ENTHÄLT SCHALENFRÜCHTE | 19) KOHLENHYDRATE |
| 6) MIT ANTIOXIDANTSMITTELN | 14) 14A=MANDELN,14B=HASELNÜSSE,14C=WALNÜSSE,
14D=CASHEWNUESSE, 14E=PECANNÜSSE,14F=PISTAZIEN,
14H=MACADAMIANÜSSE,14I=SONNENBLUMENKERNE | 20) SENF- UND SENFERZEUGNISSE |
| 7) MIT SÜSSUNGSMITTELN | | |
| 8) ENTHÄLT GLUTEN | | |
- 8A=WEIZEN,8B=ROGGEN,8C=HAFER,
8D=DINKEL,8E=GERSTE,8F=KAMUT



DE-ÖKO-006





DER SPEISEPLAN FÜR 49

Nährstoffoptimiert. Gesund. Einfach lecker.

	Montag 04.12.23	Dienstag 05.12.23	Mittwoch 06.12.23	Donnerstag 07.12.23	Freitag 08.12.23
Gericht 1	Chili con Carne mit Tomaten, Kidneybohnen und Mais. Dazu Reis	Seehechtfilet ¹⁰ mit Blumenkohl und Kräutersauce ^{12;15} . Dazu Salzkartoffeln	Geflügelfrikadelle ^{8;8a;9;12;20} mit Champignon-Rahmsauce ¹² und Kartoffelstampf ¹²	Panierte Hähnchenbrust ^{8;8A} mit Kaisergemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Möhren), Kräuterquark ¹² und Bulgur ^{8;8a;15}	Möhren-Creme-Suppe ^{15;12} mit Mehrkornbaguette ^{8;8a;8B;8C;8E}
Gericht 2	Chili sin Carne ¹¹ mit Tomaten, Kidneybohnen und Mais. Dazu Reis	Schwarzwurzelschnitzel ^{8;8a;12} mit Blumenkohl und Kräutersauce ^{12;15} . Dazu Salzkartoffeln	Gemüsefrikadelle ^{8;8a;9} (Möhren, Romanesco, Mais) mit Champignon-Rahmsauce ¹² und Kartoffelstampf ¹²	Falafelbällchen ^{8;8a} mit Kaisergemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Möhren), Kräuterquark ¹² und Bulgur ^{8;8a;15}	
Dessert	Gurke	Apfel	Dehlwes Bio Joghurt mit Aprikose ¹²	Birne	Banane
	Milchpudding-Schoko ¹²	Dehlwes Bio Quark ¹² mit Pflaume		Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Erdbeere	Dehlwes Bio Joghurt ¹² mit Vanille

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

ALLERGENE & ZUSATZSTOFFE

- | | | |
|---------------------------------|--|--|
| 1) MIT FARBSTOFFEN | 9) ENTHÄLT EI | 15) ENTHÄLT SELLERIE |
| 2) GEWACHT | 10) ENTHÄLT FISCH | 16) ENTHÄLT SESAM |
| 3) MIT PHOSPHAT | 11) ENTHÄLT SOJA | 17) ENTHÄLT LUPINE |
| 4) MIT KONSERVIERUNGSMITTELN | 12) ENTHÄLT MILCH / LAKTOSE | 18) ENTHÄLT SCHWEFELDIOXID UND SULFITE |
| 5) GESCHWEFELT | 13) ENTHÄLT SCHALENFRÜCHTE | 19) KOHLENHYDRATE |
| 6) MIT ANTIOXIDANTSMITTELN | 13A=HÜLSENFRÜCHTE | 20) SENF- UND SENFERZEUGNISSE |
| 7) MIT SÜSSUNGSMITTELN | 14) 14A=MANDELN, 14B=HASELNÜSSE, 14C=WALNÜSSE, | |
| 8) ENTHÄLT GLUTEN | 14D=CASHEWNUSS, 14E=PECANNÜSSE, 14F=PISTAZIEN, | |
| 8A=WEIZEN, 8B=ROGGEN, 8C=HAFER, | 14H=MACADAMIANÜSSE, 14I=SONNENBLUMENKERNE | |
| 8D=DINKEL, 8E=GERSTE, 8F=KAMUT | | |



DE-ÖKO-006

