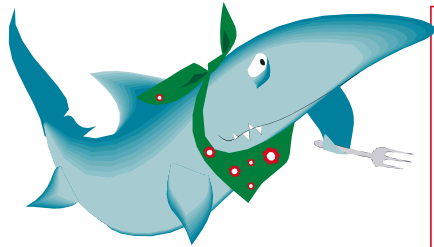


KINDER-SPEISEPLAN



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 / Fischerezeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnüsseerzeugnisse
 [F] = Soja / Sojaerzeugnisse • [G] = Milch / Milcherzeugnisse einschli. 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 / Weichtiereerzeugnisse

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 16.09.2024	Spaghetti "Bologneser Art" vom Geflügel und Rind dazu Krautsalat A1,C,I,J,2,3,5 8,0 BE	Zarter Geflügelgulasch mit Möhrengemüse und Petersilienkartoffeln A1,F,G,I,9 4,6 BE	Bulgur-Gemüsepfanne mit Bio Tofuwürfeln A1,F,G,I,5,9 6,6 BE	Herzhafter Weißkohl-Möhren-Eintopf mit zartem Rindfleisch (Kinder Roggenbrötchen + 0,30) A1,I,5 4,2 BE
Dienstag 17.09.2024	Hausgemachte Erbsensuppe mit Geflügel Wienerchen (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) I,2,4,5 4,1 BE	Geflügel-Schachlikpfanne mit Zwiebeln und Paprika dazu Reis A1,F,I,3 8,4 BE	Königsberger Klopse mit Kapernsauce dazu Butterkartoffeln und Rote Beete-Salat A1,C,G,I,I,1 5,8 BE	Rührei mit Rahmspinat und frischen Stampfkartoffeln A1,C,G,I,5,9 3,1 BE
Mittwoch 18.09.2024	Fischfilet (gedünstet) dazu Julienngemüsesauce und Salzkartoffeln A1,D,G,I,5,9 4,2 BE	"Bifteki" Griechischer Hackbraten mit Hirtenkäse dazu Tomatenreis und Krautsalat A1,C,G,I,J,2,3,5,9 4,8 BE	Geflügelfilets mit leckerer Paprika-Sahne-Sauce, Mais-Erbsengemüse und Butterreis A1,G,I,5,9 6,8 BE	"Hausgemachtes" Kürbiscurry mit Reis A1,G,I,5,9 7,6 BE
Donnerstag 19.09.2024	Schweinerahmgulasch mit Champignons, Nudeln und Rohkostsalat A1,C,G,I,J,2,3,5,9 6,7 BE	Rinderfrikadelle mit Kräutersauce, feinem Erbsengemüse und frischen Stampfkartoffeln A1,C,G,I,5,9 5,9 BE	Gegrillte Hähnchenkeule mit Paprikagemüse dazu Kartoffeln A1,I,5 4,3 BE	Gemüsefrikadelle mit leckerer Tomatensauce und Vollkornnudeln A1,M,C,G,I,2,5,9 6,8 BE
Freitag 20.09.2024	Bratwurst mit Sauce dazu leckere Kohlrabi und Salzkartoffeln A1,G,I,3,5,9 4,0 BE	Geflügelbällchen mit brauner Geflügelsauce dazu Gemüseris A1,C,G,I,J,9 6,4 BE	Gemüse-Kartoffel-Auflauf mit herzhaftem Käse überbacken A1,G,I,5,9 2,9 BE	Geflügelhackfleisch-Pfanne mit mediterranem Gemüse und Bulgur A1,F,I 5,6 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

