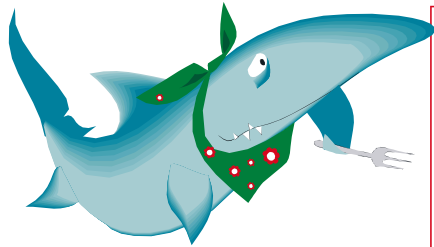


# KINDER-SPEISEPLAN

**KW: 40**  
SPEISEPLAN VOM 30.09. BIS 06.10.2024



## 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 / Fischeerzeugnisse • [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 / Weichtiererzeugnisse

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
<b>Montag</b> 30.09.2024	<b>Mini-Frikadelle</b> mit Bratensauce, dazu bunte Bohnen und Salzkartoffeln  A1, C, I, J, 5 <b>3,9 BE</b>	<b>Hähnchenbrustfilet</b> mit Zwiebelsauce, Kartoffelpüree und Möhrengemüse  A1, F, G, I, 5, 9 <b>3,5 BE</b>	<b>Maultaschen "Vegetarisch"</b> mit heller Sahne-Kräutersauce, geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat  A1, C, G, I, J, 5, 9 <b>8,1 BE</b>	<b>Spaghetti "Bologneser Art"</b> vom Geflügel und Rind, dazu Gurkensalat  A1, C, I, J, 2, 3, 5 <b>6,7 BE</b>
<b>Dienstag</b> 01.10.2024	<b>Schweinegulasch</b> in Kräuterrahmsauce dazu buntes Gemüse und Kartoffeln  A1, G, I, 9 <b>3,1 BE</b>	<b>Sauerbraten</b> in Rosinensauce mit Kartoffeln und Rotkohl  A1, 5 <b>5,2 BE</b>	<b>Bunte Tofu-Gemüsepfanne</b> mit Kräutersauce und Karottenpüree  A1, F, G, I, 5, 9 <b>3,6 BE</b>	<b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit frischem Gemüse und Rindfleischeinlage (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €)  A1, I, 5 <b>2,9 BE</b>
<b>Mittwoch</b> 02.10.2024	<b>Fischstäbchen</b> mit leckerer Tomatensauce dazu frische Stampfkartoffeln  A1, D, G, I, 5, 9 <b>5,0 BE</b>	<b>"Piccata Napoli"</b> zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenspaghetti  A1, I <b>7,7 BE</b>	<b>Gebratenes Gemüse</b> mit einer leichten gelben Currysauce und Reis  A1, F, G, I, 5, 9 <b>6,8 BE</b>	<b>Wirsingintopf</b> mit Rinderhackbällchen  A1, C, I, J, 1 <b>2,8 BE</b>
<b>Donnerstag</b> 03.10.2024	Feiertag	Feiertag	Feiertag	Feiertag
<b>Freitag</b> 04.10.2024	<b>Gekochte Eier</b> mit leichter Senfsauce, Kräuterpüree dazu Sellerie-Möhrensalat  A1, C, G, I, J, 5, 9 <b>3,8 BE</b>	<b>Hähnchenfleisch süß-sauer</b> mit Chinagemüse und Reis  A1, F, I, 3 <b>7,1 BE</b>	<b>Hoki (Seehecht) Fischfilet</b> paniert, mit leckerer Kräutersauce dazu feine Erbsen und Kartoffeln  A1, D, G, I, 5, 9 <b>5,3 BE</b>	<b>Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf</b> mit Käse überbacken  A1, G, I, 5, 9 <b>4,6 BE</b>



**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

