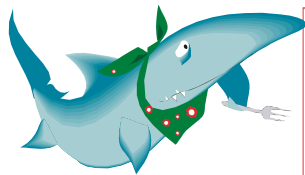


KINDER-SPEISEPLAN

KW: 31
SPEISEPLAN VOM 28.07. BIS 03.08.25



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 AT = Hybridstämme daraus)
 (B) = Krebstiere / Krebstiererzeugnisse • (C) = Eier / Eiererzeugnisse
 (D) = Fisch / Fischereierzeugnisse • (E) = Erdnüsse / Erdnusserezeugnisse
 (F) = Soja / Sojaerzeugnisse • (G) = Milch / Milcherzeugnisse einschli. Lactose
 (H) = Schalenfrüchte (H1 = Mandeln, H2 = Haselnüsse, H3 = Walnüsse, H4 = Cashew, H5 = Pecanüsse, H6 = Paranüsse, H7 = Pistazien, H8 = Macadamianüsse und H9 = Quercusländernüsse)
 (I) = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • (J) = Senf / Senferzeugnisse • (K) = Sesam / Sesamerzeugnisse
 (L) = Schwefeldioxid und Sulfite • (M) = Lupinen / Lupinererzeugnisse
 (N) = Weichtiere / Weichtiereerzeugnisse
 1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel
 4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwärtzt 6 = gewaschen 7 = mit Phosphat
 8 = mit Süßungsmittel(n) 9 = Aspartam-Phenylalaninquelle 10 = geschwefelt
 11 = koffeinhaltig 12 = chininhaltig

Alle Menüs mit glutenhaltigen 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 28.07.2025	"Paniertes" Seelachsfilet mit Erbsensauce und Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis A1,D,G,L9 5,3 BE	Asiatisches Wockgemüse mit Asia Nudeln A1,FJ 8,2 BE	Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischinlage (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I 3,0 BE	Pizzafrikadelle (Geflügelrikadelle mit Käse überbacken) dazu Kartoffelsalat (Achtung! Kaltgericht) A1,G,G1,I,2,3,5,9 3,4 BE
DIENTAG 29.07.2025	Geflügelgulasch mit Möhrengemüse und Fusilli Nudeln A1,FJ 6,3 BE	Nudelaufauf mit Brokkoli und Hackfleisch A1,G,L,9 9,3 BE	Eieromelette mit feinem Blattspinat und frischen Stampfkartoffeln A1,C,G,L,9 2,9 BE	Frische Wirsing- Rinderhack-Pfanne dazu Salzkartoffeln A1,G,L,9 3,7 BE
MITTWOCH 30.07.2025	Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln A1,G 5,2 BE	Cevapcici vom Rind mit hausgemachten Djuwetschreis und pikantem Krautsalat A1,C,I,2,3,5 5,3 BE	Seelachsfilet im Backteig mit Buttersauce, dazu Petersilienkartoffeln und Möhrensalat A1,D,G 5,6 BE	Klassischer Makkaroniaufauf mit fruchtiger Basilikum- Tomaten-Sauce und mit Käse überbacken A1,G,L,9 7,7 BE
DONNERSTAG 31.07.2025	Seelachsfilet "Naturell" mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Kartoffeln A1,D,G,L 3,6 BE	Berliner Currywurst mit leckerer Curry-Ketchup-Sauce, Reis und Gurkensalat A1,C,I,2,3,4,5 6,6 BE	Farfalle mit leckerer Käse-Spinat-Sauce A1,G,L,9 6,5 BE	Pfannkuchen mit Rosinen und Quarkfüllung dazu Zimtucker A1,G 5,9 BE
FREITAG 01.08.2025	Leckeres Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischsalat A1,G,L,I,13 7,8 BE	Paniertes Schollenfilet mit einer leichten Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat A1,D,G,L,I,3 3,5 BE	Kartoffeltaschen gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten- Zucchinigemüse und frischen Stampfkartoffeln A1,G,I,4,5,9 5,0 BE	Italienischer Gemüseintopf mit Ratatouille Mix (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I,5 4,6 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



DORTMUNDER MENÜSERVICE
Alter Hellweg 140 · 44379 Dortmund
Tel.: 0231 – 96 330 90 · Fax: 0231 – 96 330 950
E-Mail: info@do-ms.de · Web: www.do-ms.de

