



## 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 / Eiererzeugnisse  
[D] = Fisch / Fischerezeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse  
[F] = Soja / Sojamerzeugnisse • [G] = Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose  
[H] = Schalenfrüchte (H = Mandel, H1 = Haselnuss, H2 = Walnuss, H3 = Cashew, H4 = Pecannuss, H5 = Paranuss, H6 = Pistazie, H7 = Macadamianuss und H8 = Queenstandnuss)  
[I] = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • [J] = Senf / Senferzeugnisse • [K] = Sesam / Sesamerzeugnisse  
[L] = Schweißoloxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinerzeugnisse  
[N] = Weichtiere / Weichtiererzeugnisse

1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel  
4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwärzt 6 = gewachst 7 = mit Phosphat  
8 = mit Süßungsmittel(n) 9 = Aspartam-Phenylalaninquelle 10 = geschweifelt  
11 = cofeinhaltig 12 = chininhaltig

Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.



# KINDER-SPEISEPLAN

**KW: 8**  
SPEISEPLAN VOM 16.2. BIS 22.2.2026

	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>MONTAG</b> 16.2.2026	Mini-Hacksteaks mit Bratensauce dazu bunte Bohnen und Kartoffelpüree A1,C,I,J,5 3,9 BE	Hähnchenbrustfilet mit feiner Sauce mit Möhrengemüse und Gabelspaghetti A1,F,G,I 6,5 BE	Maultaschen "Vegetarisch" mit heller Sahne-Kräutersauce, geriebenem Käse und Möhren-Rohkostsalat A1,C,G,I,J,5,9 8,1 BE	Spaghetti "Bologneser Art" vom Gefügel und Rind, dazu Gurkensalat A1,C,I,J,2,3,5 6,7 BE
<b>DIENSTAG</b> 17.2.2026	Gebratene Fleischbällchen vom Rind mit leichter Chillisauce und Reis dazu Wachsbohnen-Salat A1,C,I,J ? BE	"Rheinischer" Sauerbraten in Rosinensauce mit Rotkohl, dazu Kartoffelklöße A1,G,1,3 5,4 BE	Bunte Tofu-Gemüsepfanne mit Kräutersauce und Karottenpüree A1,F,G,I,5,9 3,6 BE	Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleischeinlage (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I,5 2,9 BE
<b>MITTWOCH</b> 18.2.2026	Kräftiger Hühnersuppeneintopf mit buntem Gemüse (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,I 5,0 BE	Fischstäbchen mit leckerer Tomatensauce dazu frische Stampfkartoffeln A1,D,G,I,5,9 5,0 BE	"Piccata Napoli" zartes Geflügelschnitzel mit Tomatenpasta A1,I 7,7 BE	Drillinge mit Schale dazu Schnittlauchquark und Rohkostsalat G,9 4,8 BE
<b>DONNERSTAG</b> 19.2.2026	Geflügel-Schäschlikpfanne mit Paprika und Zwiebeln dazu Reis A1,F,I,3 6,9 BE	Seelachs im Backteig mit feiner Kräuterbuttersauce dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln A1,D,G,I 3,0 BE	Kräuterseitling "Schnitzel" mit heller Kräutersauce auf Gemüsereis A1,G,I,1 6,4 BE	Leckerer Erbseneintopf mit Bockwürstchen (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1,G,I,J,2,5,9 2,1 BE
<b>FREITAG</b> 20.2.2026	Gekochte Eier mit leichter Senfsauce, Kräuterpüree dazu Sellerie-Möhrensalat A1,C,G,I,J,5,9 3,8 BE	Hähnchenfleisch süß sauer mit Chinagemüse und leckeren Bandnudeln A1,F,I 7,1 BE	Hoki (Seehecht) Fischfilet paniert, mit leckerer Kräutersauce dazu feine Erbsen und Kartoffeln A1,D,G,I,5,9 5,3 BE	Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Käse überbacken A1,G,I,5,9 4,6 BE



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

