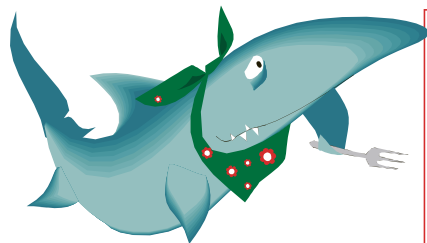


KINDER-SPEISEPLAN

KW: 40
SPEISEPLAN VOM 28.09. - 04.10.2026



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 / Krebstierzeugnisse • [C] = Eier / Eierzeugnisse
 [D] = Fisch / Fischezeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnusszeugnisse
 [F] = Soja / Sojaerzeugnisse • [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 = Queenslandnuss)
 [I] = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • [J] = Senf / Senferzeugnisse • [K] = Sesam / Sesamerzeugnisse
 [L] = Schwefeldioxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinerzeugnisse
 [N] = Weichtiere / Weichtierzeugnisse
 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 = geschwefelt
 11 = koffeinhaltig 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.



	A	B	C	D
MONTAG 28.09.2026	Mini-Hacksteaks mit Bratensauce dazu bunte Bohnen und Kartoffelpüree A1, C, I, J, 5 3,9 BE	Hähnchenbrustfilet mit feiner Sauce mit Möhengemüse und Gabelspaghetti A1, F, G, I 6,5 BE	Maultaschen "Vegetarisch" mit heller Sahnesauce, geriebenem Käse und Gurkensalat A1, C, G, I, J, 5, 9 7,7 BE	Spaghetti "Bologneser Art" vom Rind dazu Gurkensalat A1, C, I, J, 2, 3, 5 6,7 BE
DINNSTAG 29.09.2026	Gebratene Fleischbällchen vom Rind mit leichter Chillisauce und Reis dazu Wachsohnen-Salat A1, C, J, I ? BE	"Rheinischer" Sauerbraten in Rosinensauce mit Rotkohl dazu Kartoffelklöße A1, G, I, 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 Rindfleischinlage (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1, I, 5 2,9 BE
MITTWOCH 30.09.2026	Kräftiger Hühnersuppeneintopf mit buntem Gemüse (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) A1, J 5,0 BE	Fischstäbchen mit leckerer Tomatensauce dazu frische Stampfkartoffeln A1, D, G, I, 5, 9 5,0 BE	Drillinge mit Schale dazu Schnittlauchquark und Rohkostsalat G, 9 4,8 BE	Leckerer Erbseneintopf mit Bockwürstchen (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €) G, I, J, I, 3 4,0 BE
DONNERSTAG 01.10.2026	Geflügel-Schachlikpfanne mit Paprika und Zwiebeln dazu Reis A1, F, I, 3 6,9 BE	Seelachs im Backteig mit feiner Kräuterbittersauce dazu Brokkoligemüse und Salzkartoffeln A1, D, G, I, 1 3,0 BE	Kräuterseitling "Schnitzel" mit heller Kräutersauce auf Gemüseris A1, C, G, I, 1 6,4 BE	Frikadelle mit Nudelsalat Achtung! Kaltgericht! A1, C, G, I, J, I, 3 4,3 BE
FREITAG 02.10.2026	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



**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 e.K.
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

