



Speisekarte für die Zeit vom 22.05.-26.05.2023




Zertifizierter Betrieb für die Belieferung von Kindergärten und Schulen / Zul. Nr. DE NW 70185

C&C

KW 21 V2	Kinder	Montag	ZusSt/ Allerg.	Dienstag	ZusSt/ Allerg.	Mittwoch	ZusSt/ Allerg.	Donnerstag	ZusSt/ Allerg.	Freitag	ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Farfalle mit warmem Tomaten-Pesto	A,C,G,L A1	Fusilli mit Bärlauch-Sahnesosse	A,G A1	Erbsensuppe mit Brotcroutons	A,L A1	Vollkornspaghetti mit Tomaten-Mozzarella-Sosse	A,G A1	Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark	G
	Gericht 2	Quinoa-Erbsenbratling mit Schnittlauchsosse	A,G,L A1	Gemüseragout	A,F,G,L A1	Geflügelfrikadelle mit Geflügelsosse	A,G,L A1,A3	Vegetarischer Burger mit Sauerrahmdip	A,G,L,N A1,A5	Linzenbratling mit Kräuterquark	2,3,5 A,C,G,L, O A1
	Gericht 3	Kartoffel-Blumenkohl-Broccoli-Gratin	A,G A1	Makkaroni-Gratin (Tomaten, Erbsen, Möhren)	A,C,F,G,L, M,N,P A1	Geflügelklopse in Indischer Sosse	A,C,G,H,L M A1	Broccoli-Nuggets mit Apfel-Currysosse	A,C,F,G,L A1,A3	Putenbratwurst mit Currysosse	1,3,13
	Gericht 4	Putenbraten in Putenbratensosse	L	Hähnchenbrust in Paprika-Sahnesosse	A,G,L A1	Rindergeschnetzeltes mit Gewürzgerken	G	Putenbrustbraten in Sosse	A,G,L A1,A3	Steckrübeneintopf mit Kasseler	2,3,8 G,L
	Gericht 5	Graupeneintopf mit Rindfleisch	A,L A3	Schweinegoulasch mit creme fraiche	A,G A1	Fischfrikadelle mit Zitronenmayonnaise	A,C,D,G, M A1,A6	Schweinefrikadelle mit Zwiebelsosse	A,C A1,A3	Penne mit Tomaten-Thunfischsosse	A,D A1
Beilagen	Salat	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Kräuterdressing	3,5 G,M,O	Krautsalat	3,5 O	Endiviensalat mit Kartoffeldressing	3,5 G,L,O	Kohlrabi-Gurkensalat	3,5	Eisbergsalat mit Joghurt-Kräuterdressing	3,5 G,O
	Gemüse	Möhren natur		Erbsen und Möhren		Paprika-Broccoli-Gemüse		Wirsinggemüse	G	Balkangemüse	L
	Rohkost	Möhren	99 FR	Gurken	99 FR	Kirschtomate	99 FR	Radieschen	99 FR	Möhren	99 FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Backofenkartoffeln	99	Reis	99 FR	Kartoffeln	99 FR	Kartoffelspalten	99 A A1	Reis	99 FR
	Beilage 2	Mehrkornbrötchen	99 A,N A1,A2,A3,A4	Fusilli	99 A A1	Brötchen	99 A A1	Kartoffelpüree	99 G	Brötchen	99 A A1
	Beilage 3	Kräuterreis	99 FR	Salzkartoffeln	99 FR	Cous-Cous	99 A,L A1	Vollkornspaghetti	99 A A1	Kartoffel-Knusperpüree	99 A,G A3
Dessert	Dessert	Madeleines	1,2 A,C,F,G A1	Müslriegel	99 A,E,G A1,A3,A4	Erdbeeryoghurt	99 G	Kirschquarkspeise	99 G	Stracciatellakuchen	1 A,C
	Frischobst	Pflaume	99 FR	Apfel	99 FR	Clementine	99 FR	Birne	99 FR	Pflaume	99 FR

Erklärung der Kennzeichnung Allergene/dekl.pflichtige Stoffe s. 2. Seite

Die Komponenten mit dem -Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Nährwertberechnung pro Portion zur

Speisekarte für die Zeit vom 22.05.-26.05.2023

C&C

KW
21
V2

	Kinder	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert ki=1612 Kcal=385 ges.FS=1 Fett=7 KH=65 EW=13 Zucker=6 Salz=4	Brennwert ki=2090 Kcal=499 ges.FS=5 Fett=16 KH=74 EW=13 Zucker=2 Salz=5	Brennwert ki=1074 Kcal=257 ges.FS=3 Fett=6 KH=40 EW=10 Zucker=4 Salz=1	Brennwert ki=1783 Kcal=426 ges.FS=5 Fett=12 KH=57 EW=20 Zucker=5 Salz=4	Brennwert ki=1257 Kcal=300 ges.FS=0 Fett=0 KH=59 EW=14 Zucker=3 Salz=0
	Gericht 2	Brennwert ki=1001 Kcal=239 ges.FS=2 Fett=14 KH=22 EW=6 Zucker=2 Salz=1	Brennwert ki=484 Kcal=116 ges.FS=2 Fett=8 KH=6 EW=3 Zucker=5 Salz=0	Brennwert ki=833 Kcal=199 ges.FS=0 Fett=10 KH=13 EW=13 Zucker=1 Salz=2	Brennwert ki=1469 Kcal=351 ges.FS=1 Fett=13 KH=47 EW=9 Zucker=1 Salz=1	Brennwert ki=606 Kcal=145 ges.FS=1 Fett=2 KH=22 EW=10 Zucker=3 Salz=0
	Gericht 3	Brennwert ki=907 Kcal=217 ges.FS=5 Fett=11 KH=19 EW=9 Zucker=3 Salz=1	Brennwert ki=1497 Kcal=358 ges.FS=4 Fett=14 KH=42 EW=13 Zucker=5 Salz=0	Brennwert ki=1020 Kcal=244 ges.FS=0 Fett=17 KH=15 EW=8 Zucker=2 Salz=2	Brennwert ki=804 Kcal=192 ges.FS=1 Fett=7 KH=21 EW=7 Zucker=3 Salz=0	Brennwert ki=1008 Kcal=241 ges.FS=0 Fett=16 KH=9 EW=13 Zucker=5 Salz=3
	Gericht 4	Brennwert ki=582 Kcal=139 ges.FS=0 Fett=5 KH=2 EW=21 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=733 Kcal=175 ges.FS=2 Fett=5 KH=8 EW=23 Zucker=2 Salz=1	Brennwert ki=511 Kcal=122 ges.FS=1 Fett=6 KH=2 EW=15 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=588 Kcal=140 ges.FS=0 Fett=5 KH=5 EW=17 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=1295 Kcal=310 ges.FS=4 Fett=17 KH=24 EW=14 Zucker=3 Salz=1
	Gericht 5	Brennwert ki=663 Kcal=159 ges.FS=1 Fett=2 KH=22 EW=11 Zucker=3 Salz=0	Brennwert ki=390 Kcal=93 ges.FS=1 Fett=7 KH=5 EW=3 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=954 Kcal=228 ges.FS=1 Fett=12 KH=19 EW=10 Zucker=1 Salz=1	Brennwert ki=1384 Kcal=89 ges.FS=9 Fett=23 KH=15 EW=13 Zucker=2 Salz=2	Brennwert ki=1705 Kcal=310 ges.FS=0 Fett=6 KH=71 EW=14 Zucker=2 Salz=5
Beilagen	Salat	Brennwert ki=111 Kcal=27 ges.FS=1 Fett=2 KH=2 EW=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=226 Kcal=54 ges.FS=0 Fett=4 KH=4 EW=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=107 Kcal=26 ges.FS=0 Fett=2 KH=2 EW=1 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=156 Kcal=37 ges.FS=0 Fett=2 KH=3 EW=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=92 Kcal=22 ges.FS=0 Fett=1 KH=3 EW=1 Zucker=2 Salz=0
	Gemüse	Brennwert ki=229 Kcal=55 ges.FS=0 Fett=2 KH=9 EW=1 Zucker=8 Salz=0	Brennwert ki=269 Kcal=64 ges.FS=0 Fett=2 KH=9 EW=3 Zucker=0 Salz=0	Brennwert ki=212 Kcal=51 ges.FS=0 Fett=2 KH=4 EW=4 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=280 Kcal=67 ges.FS=1 Fett=3 KH=7 EW=2 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=344 Kcal=82 ges.FS=1 Fett=4 KH=8 EW=2 Zucker=2 Salz=0
	Rohkost	Brennwert ki=56 Kcal=13 ges.FS=0 Fett=0 KH=3 EW=0 Zucker=3 Salz=0	Brennwert ki=16 Kcal=4 ges.FS=0 Fett=0 KH=1 EW=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=28 Kcal=7 ges.FS=0 Fett=0 KH=1 EW=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert ki=13 Kcal=3 ges.FS=0 Fett=0 KH=0 EW=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert ki=56 Kcal=13 ges.FS=0 Fett=0 KH=3 EW=0 Zucker=3 Salz=0
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert ki=854 Kcal=204 ges.FS=0 Fett=7 KH=31 EW=3 Zucker=0 Salz=0	Brennwert ki=872 Kcal=208 ges.FS=0 Fett=1 KH=45 EW=4 Zucker=0 Salz=1	Brennwert ki=487 Kcal=116 ges.FS=1 Fett=0 KH=25 EW=3 Zucker=1 Salz=2	Brennwert ki=1067 Kcal=255 ges.FS=0 Fett=10 KH=35 EW=4 Zucker=0 Salz=2	Brennwert ki=872 Kcal=208 ges.FS=0 Fett=1 KH=45 EW=4 Zucker=0 Salz=1
	Beilage 2	Brennwert ki=916 Kcal=219 ges.FS=1 Fett=4 KH=38 EW=8 Zucker=2 Salz=1	Brennwert ki=1092 Kcal=261 ges.FS=0 Fett=2 KH=51 EW=9 Zucker=0 Salz=4	Brennwert ki=759 Kcal=181 ges.FS=0 Fett=1 KH=35 EW=6 Zucker=2 Salz=1	Brennwert ki=644 Kcal=154 ges.FS=2 Fett=4 KH=24 EW=4 Zucker=2 Salz=1	Brennwert ki=759 Kcal=181 ges.FS=0 Fett=1 KH=35 EW=6 Zucker=2 Salz=1
	Beilage 3	Brennwert ki=872 Kcal=208 ges.FS=0 Fett=1 KH=45 EW=4 Zucker=0 Salz=1	Brennwert ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Fett=0 KH=25 EW=3 Zucker=1 Salz=2	Brennwert ki=1148 Kcal=274 ges.FS=1 Fett=6 KH=43 EW=8 Zucker=2 Salz=0	Brennwert ki=945 Kcal=226 ges.FS=0 Fett=3 KH=41 EW=9 Zucker=0 Salz=3	Brennwert ki=701 Kcal=168 ges.FS=2 Fett=4 KH=27 EW=5 Zucker=2 Salz=1
Dessert	Dessert	Brennwert ki=465 Kcal=111 ges.FS=0 Fett=5 KH=14 EW=1 Zucker=0 Salz=0	Brennwert ki=468 Kcal=112 ges.FS=2 Fett=4 KH=15 EW=2 Zucker=6 Salz=0	Brennwert ki=327 Kcal=78 ges.FS=1 Fett=2 KH=12 EW=3 Zucker=10 Salz=0	Brennwert ki=313 Kcal=75 ges.FS=1 Fett=1 KH=9 EW=6 Zucker=9 Salz=0	Brennwert ki=614 Kcal=147 ges.FS=0 Fett=7 KH=18 EW=2 Zucker=0 Salz=0
	Frischobst	Brennwert ki=157 Kcal=38 ges.FS=0 Fett=0 KH=8 EW=1 Zucker=7 Salz=0	Brennwert ki=278 Kcal=66 ges.FS=0 Fett=0 KH=16 EW=0 Zucker=15 Salz=0	Brennwert ki=178 Kcal=43 ges.FS=0 Fett=0 KH=9 EW=1 Zucker=0 Salz=0	Brennwert ki=303 Kcal=72 ges.FS=0 Fett=0 KH=16 EW=1 Zucker=13 Salz=0	Brennwert ki=157 Kcal=38 ges.FS=0 Fett=0 KH=8 EW=1 Zucker=7 Salz=0

A = Gluten	A6 = Kamut	G = Milch	H5 = Pecanuss	M = Senf	1 = mit Farbstoff	7 = gewachst	13 = koffeinhaltig	16 = chininhaltig
A1 = Weizen	B = Krebstiere	H = Schalenfrüchte	H6 = Paranuss	N = Sesam	2 = mit Konservierungsstoff	8 = mit Phosphat	14 = mit Milcheiweiß	17 = taurinhaltig
A2 = Roggen	C = Eier	H1 = Mandel	H7 = Pistazie	O = Sulfite	3 = mit Antioxidationsmittel	9 = mit Süßungsmittel	15 = jodhaltig	18 = kann
A3 = Gerste	D = Fisch	H2 = Haselnuss	H8 = Macadamianuss	P = Lupinen	4 = mit Geschmacksverstärker	10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle		
A4 = Hafer	E = Erdnuss	H3 = Walnuss	H9 = Queenslandnuss	R = Weichtiere	5 = geschwefelt	11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken		
A5 = Dinkel	F = Soja	H4 = Cashewnuss	L = Sellerie	Fr=Allergenfrei	6 = geschwärzt	12 = unter Schutzatmosphäre verpackt		
						99 = frei von deklarationspfl. Stoffen		

53819 Neunkirchen | Hennefer Straße 2
Telefon: 0 22 47 / 96 80 80 | Fax: 0 22 47 / 96 80 81