



# Speisekarte für die Zeit vom 26.08.-31.08.2024



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

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

KW 35 V1	C&C	Montag	ZusSt/ Allerg.	Dienstag	ZusSt/ Allerg.	Mittwoch	ZusSt/ Allerg.	Donnerstag	ZusSt/ Allerg.	Freitag	ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Vollkornspiralen mit Tomaten[Bio]-Sahne-Sosse	A,G A1	Ravioli (Ricotta & Spinat) in Tomaten[Bio]-Sahne-Sosse	A,G A1	Quarkkeulchen mit Vanillesosse	99 A,C,G A1	Gemüsebulgur mit Feta	A,G,L A1	<b>Farfalle mit warmem Tomaten-Pesto</b>	A,C,G,L A1
	Gericht 2	Makkaroni-Gratin	A,C,F,G,L M,N,P A1	Kartoffeltaschen mit Broccoli-Frischkäse-Füllung	G	Gedünstete Putenbrust in Gemüsesosse	A,G,L A1	<b>Eieromelett</b>	99 C,G	Quinoa-Erbsenbratling mit Schnittlauchsosse	A,G,L A1
	Gericht 3	Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln	1,2,3,4 A,M A1	<b>Hähnchen-Nuggets mit Ketchupsosse</b>	3,8 A,L A1	Geschn. Hähnchenbrust in Apfel-Mangososse	3 A,G A1	Currypfanne mit Huhn	A,F,G A1	Kartoffel-Blumenkohl-Broccoli-Gratin	A,G A1
	Gericht 4	Frische Bratwurst mit Senf und Ketchup	8 L,M	Rindergulasch mit Paprika & Zwiebeln	3,5 A1	<b>Geflügel-Gyros-Pita mit Zaziki</b>	A,G,N,O A1	Hot dog	2,3,4,8,9 A,C,F,L,M A1,A6	Putengeschnitzeltes mit Champignons	A,G A1
	Gericht 5	<b>Fischstäbchen (Seelachs)</b>	3 A,D A1	Schweinebraten in Sosse	L A1	Kasslerrücken	2,3,8 A1	Heringsstipp mit Äpfeln und Zwiebeln	9 C,D,G,L M	Reissalat mit Thunfisch	A,D,F,O A1
Beilagen	Salat	Bohnensalat	3,5 0	Eisberg-Mais-Salat mit Joghurt-Kräuterdressing	3,5 G,O	<b>Gurkensalat</b>	3,5 0	Chinakohlsalat mit Honig-Balsamico-Senf-Dressing	3,5 L,M,O	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Kräuterdressing	3,5 G,M,O
	Gemüse	<b>Rahmspinat</b>	A,G A1	Rotkohl	3	Sauerkraut	2,3 FR	Rahmspinat	A,G A1	<b>Möhren natur</b>	
	Rohkost	Tomatenviertel	FR	<b>Gurken</b>	FR	Paprika	FR	<b>Kirschtomate</b>	FR	Möhren	FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Vollkornspiralen	A A1	Reis	99	Kartoffelpüree	G	Kartoffelpüree	G	Backofenkartoffeln	99
	Beilage 2	Reis	99	Salzkartoffeln	FR	<b>Makkaroni</b>	A,C,F,M, N,P A1	Vollkornreis [Bio]	FR	Mehrkornbrötchen	A,N A1,A2,A3,A4
	Beilage 3	<b>Kartoffelpüree</b>	G	<b>Vollkornpenne</b>	A	Brötchen	A	<b>Kartoffel</b>	FR	Kräuterreis	99
Dessert	Dessert	Joghurt natur mit Erdbeer-Topping	99 G	Rhabarberkompott	99 C,G	Mandarinenjoghurt mit Haferflocken	99 A,G,N A4	Zitronenkuchen	1 A,C A1	Vanillepudding	99 G
	Frischobst	Kiwi	99 FR	Apfel	99 FR	Banane	99 FR	Pflaume	99 FR	Apfel	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 Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Unser Betrieb ist biozertifiziert. Unser Einsatz der gekennzeichneten Bio-Zutaten ist zertifiziert von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006).



# Nährwertberechnung pro Portion zur

Speisekarte für die Zeit vom 26.08.-31.08.2024

KW 35 V1	C&C	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert ki=1638 Kcal=391 Fett=7 ges.FS=2 KH=68 Zucker=4 EW=12 Salz=4	Brennwert ki=1127 Kcal=269 Fett=8 ges.FS=2 KH=31 Zucker=6 EW=19 Salz=1	Brennwert ki=1514 Kcal=362 Fett=11 ges.FS=3 KH=52 Zucker=22 EW=12 Salz=1	Brennwert ki=1568 Kcal=375 Fett=8 ges.FS=2 KH=59 Zucker=4 EW=12 Salz=0	Brennwert ki=1612 Kcal=385 Fett=7 ges.FS=1 KH=65 Zucker=6 EW=13 Salz=4
	Gericht 2	Brennwert ki=1497 Kcal=358 Fett=14 ges.FS=4 KH=42 Zucker=5 EW=13 Salz=0	Brennwert ki=1341 Kcal=320 Fett=20 ges.FS=3 KH=30 Zucker=1 EW=5 Salz=2	Brennwert ki=513 Kcal=123 Fett=4 ges.FS=0 KH=5 Zucker=1 EW=17 Salz=2	Brennwert ki=555 Kcal=133 Fett=8 ges.FS=0 KH=5 Zucker=0 EW=10 Salz=0	Brennwert ki=1001 Kcal=239 Fett=14 ges.FS=2 KH=22 Zucker=2 EW=6 Salz=1
	Gericht 3	Brennwert ki=928 Kcal=222 Fett=17 ges.FS=0 KH=6 Zucker=3 EW=10 Salz=1	Brennwert ki=902 Kcal=216 Fett=10 ges.FS=0 KH=20 Zucker=6 EW=9 Salz=2	Brennwert ki=693 Kcal=166 Fett=8 ges.FS=1 KH=7 Zucker=4 EW=16 Salz=1	Brennwert ki=535 Kcal=128 Fett=7 ges.FS=2 KH=6 Zucker=2 EW=9 Salz=0	Brennwert ki=964 Kcal=230 Fett=11 ges.FS=5 KH=21 Zucker=3 EW=10 Salz=1
	Gericht 4	Brennwert ki=592 Kcal=142 Fett=7 ges.FS=0 KH=2 Zucker=1 EW=16 Salz=2	Brennwert ki=431 Kcal=103 Fett=5 ges.FS=1 KH=4 Zucker=3 EW=10 Salz=0	Brennwert ki=2338 Kcal=559 Fett=17 ges.FS=4 KH=67 Zucker=5 EW=30 Salz=3	Brennwert ki=2094 Kcal=500 Fett=33 ges.FS=2 KH=34 Zucker=4 EW=15 Salz=0	Brennwert ki=523 Kcal=125 Fett=6 ges.FS=3 KH=8 Zucker=4 EW=10 Salz=0
	Gericht 5	Brennwert ki=1078 Kcal=258 Fett=17 ges.FS=1 KH=13 Zucker=1 EW=12 Salz=1	Brennwert ki=1155 Kcal=276 Fett=20 ges.FS=0 KH=3 Zucker=1 EW=20 Salz=0	Brennwert ki=687 Kcal=164 Fett=11 ges.FS=0 KH=1 Zucker=0 EW=14 Salz=2	Brennwert ki=1535 Kcal=75 Fett=29 ges.FS=0 KH=16 Zucker=6 EW=10 Salz=2	Brennwert ki=1868 Kcal=125 Fett=29 ges.FS=2 KH=32 Zucker=7 EW=13 Salz=1
Beilagen	Salat	Brennwert ki=259 Kcal=62 Fett=5 ges.FS=0 KH=3 Zucker=1 EW=2 Salz=0	Brennwert ki=153 Kcal=37 Fett=1 ges.FS=0 KH=5 Zucker=3 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=134 Kcal=32 Fett=2 ges.FS=0 KH=2 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=359 Kcal=86 Fett=7 ges.FS=1 KH=4 Zucker=4 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=111 Kcal=27 Fett=2 ges.FS=1 KH=2 Zucker=2 EW=1 Salz=0
	Gemüse	Brennwert ki=277 Kcal=66 Fett=4 ges.FS=1 KH=5 Zucker=2 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=163 Kcal=39 Fett=0 ges.FS=0 KH=8 Zucker=1 EW=1 Salz=2	Brennwert ki=209 Kcal=50 Fett=3 ges.FS=0 KH=2 Zucker=0 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=277 Kcal=66 Fett=4 ges.FS=1 KH=5 Zucker=2 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=229 Kcal=55 Fett=2 ges.FS=0 KH=9 Zucker=8 EW=1 Salz=0
	Rohkost	Brennwert ki=35 Kcal=8 Fett=0 ges.FS=0 KH=1 Zucker=1 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=16 Kcal=4 Fett=0 ges.FS=0 KH=1 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=33 Kcal=8 Fett=0 ges.FS=0 KH=1 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=28 Kcal=7 Fett=0 ges.FS=0 KH=1 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=56 Kcal=13 Fett=0 ges.FS=0 KH=3 Zucker=3 EW=0 Salz=0
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert ki=1061 Kcal=254 Fett=3 ges.FS=1 KH=47 Zucker=0 EW=8 Salz=3	Brennwert ki=872 Kcal=208 Fett=1 ges.FS=0 KH=45 Zucker=0 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=644 Kcal=154 Fett=4 ges.FS=2 KH=24 Zucker=2 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=644 Kcal=154 Fett=4 ges.FS=2 KH=24 Zucker=2 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=854 Kcal=204 Fett=7 ges.FS=0 KH=31 Zucker=0 EW=3 Salz=0
	Beilage 2	Brennwert ki=872 Kcal=208 Fett=1 ges.FS=0 KH=45 Zucker=0 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=1279 Kcal=306 Fett=4 ges.FS=0 KH=52 Zucker=0 EW=12 Salz=4	Brennwert ki=802 Kcal=192 Fett=1 ges.FS=0 KH=39 Zucker=0 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=916 Kcal=219 Fett=4 ges.FS=1 KH=38 Zucker=2 EW=8 Salz=1
	Beilage 3	Brennwert ki=644 Kcal=154 Fett=4 ges.FS=2 KH=24 Zucker=2 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=1101 Kcal=263 Fett=1 ges.FS=0 KH=52 Zucker=0 EW=9 Salz=3	Brennwert ki=759 Kcal=181 Fett=1 ges.FS=0 KH=35 Zucker=2 EW=6 Salz=1	Brennwert ki=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=872 Kcal=208 Fett=1 ges.FS=0 KH=45 Zucker=0 EW=4 Salz=1
Dessert	Dessert	Brennwert ki=266 Kcal=63 Fett=3 ges.FS=2 KH=6 Zucker=6 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=247 Kcal=59 Fett=0 ges.FS=0 KH=11 Zucker=8 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=367 Kcal=88 Fett=2 ges.FS=0 KH=13 Zucker=7 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=636 Kcal=152 Fett=8 ges.FS=0 KH=18 Zucker=0 EW=2 Salz=0	Brennwert ki=368 Kcal=88 Fett=3 ges.FS=2 KH=13 Zucker=7 EW=2 Salz=0
	Frischobst	Brennwert ki=196 Kcal=47 Fett=1 ges.FS=0 KH=9 Zucker=9 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=278 Kcal=66 Fett=0 ges.FS=0 KH=16 Zucker=15 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=421 Kcal=101 Fett=0 ges.FS=0 KH=23 Zucker=20 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=157 Kcal=38 Fett=0 ges.FS=0 KH=8 Zucker=7 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=278 Kcal=66 Fett=0 ges.FS=0 KH=16 Zucker=15 EW=0 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