



Speisekarte für die Zeit vom 03.11.-07.11.2025

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



KW 45 V2	C&C	Montag ZusSt/ Allerg.	Dienstag ZusSt/ Allerg.	Mittwoch ZusSt/ Allerg.	Donnerstag ZusSt/ Allerg.	Freitag ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Kartoffel-Spinatgratin C,G	Fusilli [Bio] mit Bärlauch-Sahnesosse A,G A1	Erbsensuppe mit Brotroutons A,G,L A1	Vollkornspaghetti mit Tomaten[Bio]-Mozzarella-Sosse A,G A1	Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark G
	Gericht 2	Gemüsecurry mit Süßkartoffeln G	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	Geflügel-Köttbullar (Hackbällchen) in Rahmsosse A,C,G,L, M A1,A3	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	Spaghetti mit Rinder-Bolognese A,L A1	Hähnchenbrust (Halal) in Paprika-Sahnesosse A,G,L A1	Rindergeschnetzeltes mit Gewürzgurken 9 G	Putenbrustbraten in Sosse A,G,L A1,A3	Steckrübenintopf mit Kasseler (Schwein) 2,3,8 G,L
	Gericht 5	Seelachs in Reis-Popper-Panade mit Mayonaisedip C,D,G,M A6	Schweinegoulasch mit creme fraiche A,G A1	Fischfrikadelle mit Zitronenmayonnaise A,C,D,G, M A1,A6	Schweinefrikadelle mit Zwiebelsosse A,C,G,L A1,A3	Penne mit Tomaten[Bio]-Thunfischsosse A,D A1
Beilagen	Salat	Eisberg-Möhrensalat mit Kräuter-Balsamicodressing 1,5 M,O	Krautsalat 3,5 O	Endiviensalat mit Kartoffeldressing 3,5 G,L,O	Kohlrabi-Gurkensalat 3,5	Eisbergsalat mit Joghurt-Kräuter dressing 3,5 G,O
	Gemüse	Leipziger Allerlei A,G A1	Erbsen und Möhren 99	Paprika-Broccoli-Gemüse 99	Wirsinggemüse G	Balkangemüse L
	Rohkost	Kohlrabi FR	Gurken 99 FR	Kirschtomate 99 FR	Radieschen 99 FR	Möhren 99 FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Vollkornreis [Bio] 99 FR	Reis 99	Kartoffeln 99 FR	Kartoffelspalten 99 A A1	Reis 99
	Beilage 2	Kartoffeln 99 FR	Fusilli [Bio] 99 A A1	Brötchen 99 A A1	Kartoffelpüree G	Brötchen 99 A A1
	Beilage 3	Spaghetti 99 A A1	Salzkartoffeln 99 FR	Cous-Cous 99 A,L A1	Vollkornspaghetti A A1	Kartoffel-Knusperpüree A,G A3
Dessert	Dessert	Bananen-Quark 99 G	Müsli-Riegel 99 A,E,G A1,A3,A4	Erdbeeryoghurt 99 G	Kirschquarkspeise 99 G	Straciatellakuchen 1 A,C 99
	Frischobst	Kiwi 99 FR	Apfel 99 FR	Kiwi 99 FR	Birne 99 FR	Pflaume 99 FR

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

Die Angebote/Komponenten mit dem -Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in 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 03.11.-07.11.2025

KW 45 V2	C&C	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert Fett=11 KH=31 EW=13	ki=1192	Kcal=285 ges.FS=5 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=13 KH=73 EW=13	ki=1986	Kcal=475 ges.FS=4 Zucker=2 Salz=5	Brennwert Fett=6 KH=40 EW=10	ki=1074	Kcal=257 ges.FS=3 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=12 KH=57 EW=20	ki=1783	Kcal=426 ges.FS=5 Zucker=5 Salz=4	Brennwert Fett=0 KH=59 EW=14	ki=1257	Kcal=300 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0
	Gericht 2	Brennwert Fett=13 KH=21 EW=4	ki=909	Kcal=217 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=8 KH=6 EW=3	ki=484	Kcal=116 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=10 KH=13 EW=13	ki=833	Kcal=199 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=13 KH=48 EW=9	ki=1472	Kcal=352 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=2 KH=27 EW=12	ki=747	Kcal=179 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0
	Gericht 3	Brennwert Fett=16 KH=12 EW=11	ki=1013	Kcal=242 ges.FS=5 Zucker=2 Salz=2	Brennwert Fett=14 KH=42 EW=14	ki=1503	Kcal=359 ges.FS=4 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=17 KH=15 EW=8	ki=1035	Kcal=247 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=2	Brennwert Fett=7 KH=21 EW=7	ki=804	Kcal=192 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=16 KH=9 EW=13	ki=1008	Kcal=241 ges.FS=0 Zucker=5 Salz=3
	Gericht 4	Brennwert Fett=7 KH=63 EW=16	ki=1642	Kcal=392 ges.FS=2 Zucker=8 Salz=7	Brennwert Fett=5 KH=8 EW=23	ki=733	Kcal=175 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=6 KH=2 EW=15	ki=511	Kcal=122 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=5 KH=5 EW=17	ki=588	Kcal=140 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=17 KH=24 EW=14	ki=1295	Kcal=310 ges.FS=4 Zucker=3 Salz=1
	Gericht 5	Brennwert Fett=17 KH=18 EW=12	ki=1162	Kcal=278 ges.FS=2 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=7 KH=5 EW=3	ki=390	Kcal=93 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=12 KH=19 EW=10	ki=954	Kcal=228 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=23 KH=15 EW=13	ki=1384	Kcal=0 ges.FS=9 Zucker=2 Salz=2	Brennwert Fett=6 KH=71 EW=14	ki=1705	Kcal=310 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=5
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=6 KH=2 EW=0	ki=270	Kcal=65 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=4 EW=1	ki=226	Kcal=54 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=1	ki=107	Kcal=26 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=3 EW=1	ki=156	Kcal=37 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=2 EW=1	ki=92	Kcal=22 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0
	Gemüse	Brennwert Fett=2 KH=58 EW=23	ki=1467	Kcal=351 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=9 EW=3	ki=269	Kcal=64 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=4 EW=4	ki=212	Kcal=51 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=7 EW=2	ki=280	Kcal=67 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=8 EW=2	ki=344	Kcal=82 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0
	Rohkost	Brennwert Fett=0 KH=2 EW=1	ki=57	Kcal=14 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=16	Kcal=4 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=28	Kcal=7 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=24	Kcal=6 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=3 EW=0	ki=56	Kcal=13 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert Fett=2 KH=42 EW=5	ki=856	Kcal=204 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487	Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=10 KH=35 EW=4	ki=1067	Kcal=255 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=2	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1
	Beilage 2	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487	Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=2 KH=51 EW=9	ki=1092	Kcal=261 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=4	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759	Kcal=181 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644	Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759	Kcal=181 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1
	Beilage 3	Brennwert Fett=3 KH=43 EW=7	ki=978	Kcal=234 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=5	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487	Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=6 KH=43 EW=8	ki=1148	Kcal=274 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=41 EW=9	ki=945	Kcal=226 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=3	Brennwert Fett=4 KH=27 EW=5	ki=701	Kcal=168 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1
Dessert	Dessert	Brennwert Fett=3 KH=8 EW=5	ki=336	Kcal=80 ges.FS=2 Zucker=8 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=15 EW=2	ki=468	Kcal=112 ges.FS=2 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=12 EW=3	ki=327	Kcal=78 ges.FS=1 Zucker=10 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=9 EW=6	ki=313	Kcal=75 ges.FS=1 Zucker=9 Salz=0	Brennwert Fett=7 KH=18 EW=2	ki=614	Kcal=147 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0
	Frischobst	Brennwert Fett=1 KH=9 EW=1	ki=196	Kcal=47 ges.FS=0 Zucker=9 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278	Kcal=66 ges.FS=0 Zucker=15 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=9 EW=1	ki=196	Kcal=47 ges.FS=0 Zucker=9 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=1	ki=303	Kcal=72 ges.FS=0 Zucker=13 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=8 EW=1	ki=157	Kcal=38 ges.FS=0 Zucker=7 Salz=0
A = Gluten A1 = Weizen A2 = Roggen A3 = Gerste A4 = Hafer A5 = Dinkel		A6 = Kamut B = Krebstiere C = Eier D = Fisch E = Erdnuss F = Soja		G = Milch H = Schalenfrüchte H1 = Mandel H2 = Haselnuss H3 = Walnuss H4 = Cashewnuss		H5 = Pecannuss H6 = Paranuss H7 = Pistazie H8 = Macadamianuss H9 = Queenslandnuss L = Sellerie		M = Senf N = Sesam O = Sulfite P = Lupinen R = Weichtiere Fr=Allergenfrei		1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwefelt 6= geschwärzt		7 = gewachst 8 = mit Phosphat 9 = mit Süßungsmittel 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle 11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 12 = unter Schutzatmosphäre verp		13 = koffeinhaltig 14 = mit Milcheiweiß 15 = jodhaltig 16 = chininhaltig 17 = taurinhaltig 18 = kann		