



Speisekarte für die Zeit vom 10.11.-14.11.2025

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



KW 46 V3	C&C	Montag ZusSt/ Allerg.	Dienstag ZusSt/ Allerg.	Mittwoch ZusSt/ Allerg.	Donnerstag ZusSt/ Allerg.	Freitag ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Grießbrei mit Kirschen A,G	Makkaroni mit Tomaten[Bio]-Spinat-Fetasosse A,C,F,G,M,N,P	Milchreis mit Zimt und Zucker G	Tortellini (Spinat & Käse) in Kräuter-Schmandsosse A,G	Nudel-Zucchini-Auflauf mit Tomaten[Bio]-Sosse A,C,G
	Gericht 2	Käsespätzle mit Schmorzwiebeln A,C,G	Blumenkohl-Käsetaler (paniert) mit Karottensosse A,G	Asiatische Gemüsepfanne mit Paprika, Porree, Bambus A,F	Broccoli/Blumenkohl/Mais Strudel mit Kräuterquark A,C,G,L	Spina-Spinat-Tasche, paniert mit Tomaten[Bio]-Sosse A,G
	Gericht 3	Sesam-Karottenstick mit Apfel-Honigsosse A,G,N	Hähnchenbrust (Halal) in fruchtiger Sahnesosse G,O	Hähnchenkeule mit Barbecue-Sosse A1	Apfelstrudel mit Vanillesosse A,G	Champignonreispfanne C,G,L
	Gericht 4	Königsberger Klopse {Geflügel} in Kapernsosse A,C,G,M,O	Chili con Carne {Rind} A1	Vollkornspaghetti mit Rinder-Bolognese A,L	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren A,G,L	Linseneintopf mit Geflügelwienener 2,3,8
	Gericht 5	Lachsragout mit Möhren- und Selleriestreifen A,D,G,L	Fleischkäse {Schwein} in Zwiebelsosse A,G	Gebratenes Hokifilet auf Gemüsestreifen A,D,G,L,M	Geflügel-Gyros mit Zaziki G	Rinderfrikadelle mit Kräutersosse A,C,G,L
Beilagen	Salat	Gurkensalat 3,5	Wachsbrechbohnenalat 3,5	Eisberg-Möhrensalat mit French-Dressing A,C,G,L,M,O	Karotten-Krautsalat 3,5	Endiviensalat mit Blattsalat-Dressing 1,5
	Gemüse	Broccoli A1	Möhren natur A1	Bohngengemüse A1	Erbsen und Möhren A,G	Kohlrabigemüse A,G
	Rohkost	Kohlrabi 99	Kirschtomate 99	Kohlrabi 99	Radieschen 99	Möhren 99
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Petersilienkartoffeln 99	Vollkornreis[Bio] 99	Reis 99	Vollkornreis [Bio] 99	Penne 99
	Beilage 2	Salzkartoffeln 99	Salzkartoffeln 99	Vollkornspaghetti A	Farfalle A	Kartoffeln 99
	Beilage 3	Reis 99	Brötchen A	Kartoffeln 99	Salzkartoffeln 99	Brötchen 99
Dessert	Dessert	Joghurt natur mit rote Beeren-Topping 99	Madeleines 1,2	Zitronenquark A1	Müsli-Joghurt A,G	Schokoladenpudding 99
	Frischobst	Apfel 99	Clementine 99	Apfel 99	Birne 99	Apfel 99

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 10.11.-14.11.2025

KW 46 V3	C&C	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert Fett=9 KH=73 EW=13	ki=1836 Zucker=42 Salz=0	Kcal=439 ges.FS=6	Brennwert Fett=8 KH=60 EW=15	ki=1599 Zucker=5 Salz=4	Kcal=382 ges.FS=2	Brennwert Fett=10 KH=81 EW=12	ki=1991 Zucker=49 Salz=0	Kcal=476 ges.FS=7	Brennwert Fett=15 KH=77 EW=14	ki=2105 Zucker=1 Salz=0	Kcal=503 ges.FS=3	Brennwert Fett=23 KH=47 EW=20	ki=2027 Zucker=6 Salz=4	Kcal=484 ges.FS=10
	Gericht 2	Brennwert Fett=16 KH=52 EW=16	ki=1775 Zucker=2 Salz=0	Kcal=424 ges.FS=5	Brennwert Fett=10 KH=22 EW=5	ki=841 Zucker=2 Salz=1	Kcal=201 ges.FS=0	Brennwert Fett=3 KH=12 EW=5	ki=423 Zucker=4 Salz=1	Kcal=101 ges.FS=0	Brennwert Fett=3 KH=17 EW=5	ki=516 Zucker=6 Salz=1	Kcal=123 ges.FS=2	Brennwert Fett=13 KH=22 EW=4	ki=941 Zucker=3 Salz=1	Kcal=225 ges.FS=1
	Gericht 3	Brennwert Fett=21 KH=29 EW=4	ki=1360 Zucker=4 Salz=1	Kcal=325 ges.FS=2	Brennwert Fett=4 KH=9 EW=23	ki=701 Zucker=3 Salz=1	Kcal=168 ges.FS=1	Brennwert Fett=24 KH=3 EW=34	ki=1556 Zucker=1 Salz=0	Kcal=372 ges.FS=8	Brennwert Fett=52 KH=99 EW=12	ki=3882 Zucker=6 Salz=2	Kcal=928 ges.FS=1	Brennwert Fett=11 KH=36 EW=11	ki=1229 Zucker=4 Salz=0	Kcal=294 ges.FS=5
	Gericht 4	Brennwert Fett=14 KH=15 EW=7	ki=928 Zucker=3 Salz=2	Kcal=222 ges.FS=1	Brennwert Fett=7 KH=24 EW=17	ki=946 Zucker=10 Salz=1	Kcal=226 ges.FS=2	Brennwert Fett=7 KH=57 EW=19	ki=1567 Zucker=10 Salz=4	Kcal=374 ges.FS=2	Brennwert Fett=8 KH=8 EW=12	ki=641 Zucker=1 Salz=0	Kcal=153 ges.FS=1	Brennwert Fett=13 KH=26 EW=14	ki=1181 Zucker=5 Salz=1	Kcal=282 ges.FS=0
	Gericht 5	Brennwert Fett=12 KH=5 EW=15	ki=812 Zucker=1 Salz=0	Kcal=194 ges.FS=3	Brennwert Fett=12 KH=6 EW=10	ki=747 Zucker=1 Salz=2	Kcal=178 ges.FS=0	Brennwert Fett=13 KH=4 EW=17	ki=788 Zucker=1 Salz=0	Kcal=188 ges.FS=8	Brennwert Fett=10 KH=3 EW=17	ki=722 Zucker=1 Salz=1	Kcal=78 ges.FS=3	Brennwert Fett=13 KH=12 EW=16	ki=729 Zucker=2 Salz=0	Kcal=282 ges.FS=0
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=0	ki=134 Zucker=1 Salz=0	Kcal=32 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=4 EW=1	ki=140 Zucker=2 Salz=0	Kcal=33 ges.FS=0	Brennwert Fett=10 KH=2 EW=1	ki=430 Zucker=2 Salz=0	Kcal=103 ges.FS=1	Brennwert Fett=2 KH=4 EW=1	ki=151 Zucker=3 Salz=0	Kcal=36 ges.FS=0	Brennwert Fett=3 KH=2 EW=1	ki=164 Zucker=2 Salz=0	Kcal=39 ges.FS=0
	Gemüse	Brennwert Fett=4 KH=4 EW=4	ki=279 Zucker=0 Salz=0	Kcal=67 ges.FS=0	Brennwert Fett=2 KH=9 EW=1	ki=229 Zucker=8 Salz=0	Kcal=55 ges.FS=0	Brennwert Fett=3 KH=5 EW=3	ki=219 Zucker=1 Salz=0	Kcal=52 ges.FS=0	Brennwert Fett=4 KH=11 EW=3	ki=399 Zucker=2 Salz=0	Kcal=95 ges.FS=1	Brennwert Fett=3 KH=8 EW=2	ki=296 Zucker=4 Salz=0	Kcal=71 ges.FS=1
	Rohkost	Brennwert Fett=0 KH=2 EW=1	ki=57 Zucker=0 Salz=0	Kcal=14 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=28 Zucker=1 Salz=0	Kcal=7 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=2 EW=1	ki=57 Zucker=0 Salz=0	Kcal=14 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=24 Zucker=1 Salz=0	Kcal=6 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=3 EW=0	ki=56 Zucker=3 Salz=0	Kcal=13 ges.FS=0
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=490 Zucker=1 Salz=2	Kcal=117 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=39 EW=4	ki=802 Zucker=0 Salz=0	Kcal=192 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872 Zucker=0 Salz=1	Kcal=208 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=39 EW=4	ki=802 Zucker=0 Salz=0	Kcal=192 ges.FS=0	Brennwert Fett=2 KH=52 EW=9	ki=1120 Zucker=0 Salz=4	Kcal=268 ges.FS=0
	Beilage 2	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Zucker=1 Salz=2	Kcal=116 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Zucker=1 Salz=2	Kcal=116 ges.FS=0	Brennwert Fett=3 KH=41 EW=9	ki=945 Zucker=0 Salz=3	Kcal=226 ges.FS=0	Brennwert Fett=2 KH=51 EW=9	ki=1103 Zucker=0 Salz=4	Kcal=264 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Zucker=1 Salz=2	Kcal=116 ges.FS=0
	Beilage 3	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872 Zucker=0 Salz=1	Kcal=208 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759 Zucker=2 Salz=1	Kcal=181 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Zucker=1 Salz=2	Kcal=116 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Zucker=1 Salz=2	Kcal=116 ges.FS=0	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759 Zucker=2 Salz=1	Kcal=181 ges.FS=0
Dessert	Dessert	Brennwert Fett=3 KH=7 EW=3	ki=278 Zucker=6 Salz=0	Kcal=66 ges.FS=2	Brennwert Fett=5 KH=14 EW=1	ki=465 Zucker=0 Salz=0	Kcal=111 ges.FS=0	Brennwert Fett=2 KH=7 EW=7	ki=315 Zucker=7 Salz=0	Kcal=75 ges.FS=1	Brennwert Fett=6 KH=18 EW=4	ki=601 Zucker=5 Salz=0	Kcal=144 ges.FS=2	Brennwert Fett=3 KH=16 EW=3	ki=456 Zucker=11 Salz=0	Kcal=109 ges.FS=2
	Frischobst	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Zucker=15 Salz=0	Kcal=66 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=9 EW=1	ki=178 Zucker=0 Salz=0	Kcal=43 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Zucker=15 Salz=0	Kcal=66 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=1	ki=303 Zucker=13 Salz=0	Kcal=72 ges.FS=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Zucker=15 Salz=0	Kcal=66 ges.FS=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 99 = frei von deklarationspfl. Stoffen		13 = koffeinhaltig 14 = mit Milcheiweiß 15 = jodhaltig 16 = chininhaltig 17 = taurinhaltig 18 = kann					