




Speisekarte für die Zeit vom 12.01.-16.01.2026

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



KW 3 VS	C&C	Montag <small>ZusSt/ Allerg.</small>	Dienstag <small>ZusSt/ Allerg.</small>	Mittwoch <small>ZusSt/ Allerg.</small>	Donnerstag <small>ZusSt/ Allerg.</small>	Freitag <small>ZusSt/ Allerg.</small>
Hauptgerichte	Gericht 1	3,5 A,F,O Mini Frühlingsrollen mit Süß-Sauer-Sosse	3,5 A Spaghetti mit Tomaten[Bio]-Sosse	1 A,G,L Gefüllte Paprika (Champ. & Feta) mit Tomaten[Bio]-Sosse	1 G Krautpfanne	1 A,G Vollkornspiralen mit Tomaten[Bio]-Sahne-Sosse
	Gericht 2	1 L Serbischer Bohneneintopf Schnitt-, weiße Bohnen, Kartoffeln	1 A,G,L Überbackene Kartoffeln	99 A1 Hühnersuppentopf mit Nudeln	99 A,C,G Pancakes	3,5 A,C,G,H, L,O Geb. Gemüsebällchen mit Meerrettich-Dip
	Gericht 3	A A1 Putenschnitzel, paniert mit Tomaten[Bio]-Basilikumsosse	A,C,G A1 Blaubeerpfannkuchlein mit Vanillesosse	A,C,G,L A1 Reisnudeln-Pfanne mit Köfta (Rind)	99 L Linseneintopf	3 A,G,L Hähnchenschnitzel mit Geflügelsosse
	Gericht 4	2,3,8 M 1 Paar Geflügelwieners mit Senf	A,G A1 Schweinegoulasch mit Creme fraiche	A,C,M A1 Rinder-Cevapcici mit Barbecue-Dip	A,G A1,A3 Hähnchenbrust in Jägersosse	2,3,8 A,G Kasseler-Geschnetzeltes {Schwein} mit Pflirsich
	Gericht 5	2 A,C,D,G, M Backfisch mit Zitronenmayonnaise	2,3 A,C,D,F,G, M Fisch-Nuggets mit Dip	3,9 A,C Schweineschnitzel mit ungarischer Sosse	A,G A1 Vollkornspaghetti mit Carbonarasosse (Schwein)	3 A,D,G,M Paniertes Seehechtfilet mit Dillsenfssosse
Beilagen	Salat	3,5,9 H,O Rote Beete-Möhrensalat	3,5 G,M,O Eisbergsalat mit Sauerrahm-Kräuterdressing	3,5 G Paprika-Gurke-Maissalat mit Honig-Balsamico-Senf-Dressing	3,5 G,L,O Endiviensalat mit Kartoffeldressing	3,5 L,M,O Lollo bionda-Tomatensalat mit Blattsalate-Dressing
	Gemüse	A,F A1 Chinagemüse	A1 Bohngengemüse natur	Mischgemüse, natur	FR Apfelmus	A A1 Blumenkohl mit Bröselssosse
	Rohkost	99 FR Kohlrabi	99 FR Gurken	99 FR Radieschen	99 FR Möhren	99 FR Kohlrabi
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	2,3,5,8 L,M,O warmer Kartoffelsalat {Schwein}	3 G,L Kartoffelklöße	99 G Kartoffelpüree	99 G Erbsenreis	99 A Vollkornspiralen
	Beilage 2	G Kartoffelpüree	99 FR Salzkartoffeln	99 G Tomatenreis	G Kartoffelpüree	99 FR Vollkornreis [Bio]
	Beilage 3	L Gemüsereis	99 Reis	99 A Brötchen	99 A Brötchen	99 FR Kartoffeln
Dessert	Dessert	3 G Joghurt natur mit Aprikosen-Topping	99 G Rote Grütze mit Vanillesosse	99 A,G Erdbeerjoghurt	99 A,C,F Schokokuchen	99 G Karamellpudding
	Frischobst	99 FR Apfel	99 FR Clementine	99 FR Apfel	99 FR Banane	99 FR Birne

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 12.01.-16.01.2026

KW 3 VS	C&C	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag					
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert Fett=31 KH=27 EW=3	ki=1688 Kcal=403 ges.FS=2 Zucker=9 Salz=0	Brennwert Fett=9 KH=63 EW=10	ki=1592 Kcal=380 ges.FS=1 Zucker=4 Salz=7	Brennwert Fett=14 KH=11 EW=10	ki=896 Kcal=214 ges.FS=6 Zucker=7 Salz=1	Brennwert Fett=14 KH=28 EW=11	ki=1213 Kcal=290 ges.FS=6 Zucker=4 Salz=2	Brennwert Fett=7 KH=67 EW=12	ki=1613 Kcal=386 ges.FS=2 Zucker=3 Salz=4				
	Gericht 2	Brennwert Fett=1 KH=32 EW=14	ki=817 Kcal=195 ges.FS=0 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=11 KH=43 EW=11	ki=1356 Kcal=324 ges.FS=5 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=3 KH=16 EW=13	ki=611 Kcal=146 ges.FS=0 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=33 KH=53 EW=8	ki=2299 Kcal=550 ges.FS=3 Zucker=24 Salz=1	Brennwert Fett=6 KH=17 EW=5	ki=589 Kcal=141 ges.FS=2 Zucker=4 Salz=0				
	Gericht 3	Brennwert Fett=8 KH=18 EW=11	ki=803 Kcal=192 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=8 KH=57 EW=10	ki=1467 Kcal=351 ges.FS=1 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=9 KH=39 EW=13	ki=1243 Kcal=297 ges.FS=0 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=2 KH=30 EW=9	ki=727 Kcal=174 ges.FS=0 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=19 KH=18 EW=14	ki=1297 Kcal=310 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=2				
	Gericht 4	Brennwert Fett=24 KH=1 EW=15	ki=1189 Kcal=284 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=3	Brennwert Fett=7 KH=5 EW=3	ki=390 Kcal=93 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=14 KH=10 EW=14	ki=926 Kcal=221 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=5 KH=5 EW=23	ki=667 Kcal=159 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=16 KH=12 EW=10	ki=984 Kcal=235 ges.FS=3 Zucker=4 Salz=1				
	Gericht 5	Brennwert Fett=19 KH=17 EW=8	ki=1152 Kcal=275 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=19 KH=15 EW=9	ki=1153 Kcal=276 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=16 KH=8 EW=16	ki=1039 Kcal=248 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=13 KH=60 EW=14	ki=1773 Kcal=50 ges.FS=3 Zucker=3 Salz=4	Brennwert Fett=19 KH=28 EW=28	ki=1670 Kcal=235 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=0				
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=3 KH=5 EW=1	ki=198 Kcal=47 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=1	ki=111 Kcal=27 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=7 KH=8 EW=1	ki=421 Kcal=101 ges.FS=1 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=1	ki=107 Kcal=26 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=2 EW=1	ki=180 Kcal=43 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0				
	Gemüse	Brennwert Fett=2 KH=8 EW=3	ki=262 Kcal=63 ges.FS=0 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=5 EW=3	ki=219 Kcal=52 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=9 EW=3	ki=219 Kcal=52 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=24 EW=0	ki=417 Kcal=100 ges.FS=0 Zucker=21 Salz=0	Brennwert Fett=5 KH=6 EW=2	ki=324 Kcal=77 ges.FS=0 Zucker=1 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=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	Brennwert Fett=0 KH=2 EW=1	ki=57 Kcal=14 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0				
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert Fett=8 KH=23 EW=6	ki=801 Kcal=191 ges.FS=2 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=111 EW=9	ki=2090 Kcal=500 ges.FS=0 Zucker=5 Salz=5	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644 Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=1 KH=46 EW=5	ki=921 Kcal=220 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=3 KH=47 EW=8	ki=1061 Kcal=254 ges.FS=1 Zucker=0 Salz=3				
	Beilage 2	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644 Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=2 KH=35 EW=4	ki=741 Kcal=177 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644 Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=2 KH=42 EW=5	ki=856 Kcal=204 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0				
	Beilage 3	Brennwert Fett=2 KH=40 EW=4	ki=836 Kcal=200 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=42 EW=4	ki=817 Kcal=195 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759 Kcal=181 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=1 KH=35 EW=6	ki=759 Kcal=181 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2				
Dessert	Dessert	Brennwert Fett=3 KH=9 EW=3	ki=300 Kcal=72 ges.FS=2 Zucker=9 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=14 EW=1	ki=305 Kcal=73 ges.FS=0 Zucker=8 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=10 EW=3	ki=324 Kcal=77 ges.FS=2 Zucker=8 Salz=0	Brennwert Fett=7 KH=17 EW=2	ki=580 Kcal=139 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=6 KH=19 EW=3	ki=595 Kcal=142 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0				
	Frischobst	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Kcal=66 ges.FS=0 Zucker=15 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=9 EW=1	ki=178 Kcal=43 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Kcal=66 ges.FS=0 Zucker=15 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=23 EW=1	ki=421 Kcal=101 ges.FS=0 Zucker=20 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=1	ki=303 Kcal=72 ges.FS=0 Zucker=13 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=Allergienfrei		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	