



Speisekarte für die Zeit vom 07.09.-11.09.2026

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



KW 37 V3	C&C	Montag	ZusSt/ Allerg.	Dienstag	ZusSt/ Allerg.	Mittwoch	ZusSt/ Allerg.	Donnerstag	ZusSt/ Allerg.	Freitag	ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Grießbrei mit Kirschen	99 A,G	Makkaroni mit Tomaten[Bio]-Spinat-Fetasosse	A,C,F,G, M,N,P A1	Milchreis mit Zimt und Zucker	G	Tortellini (Spinat & Käse) in Kräuter-Schmandsosse	A,G A1	Nudel-Zucchini-Auflauf mit Tomaten[Bio]-Sosse	1 A,C,G A1
	Gericht 2	Käsespätzle mit Schmorzwiebeln	1 A,C,G A1	Blumenkohl-Käsetaler (paniert) mit Karottensosse	3 A,G A1,A3	Asiatische Gemüsepfanne mit Paprika, Porree, Bambus	3 A,F A1	Broccoli/Blumenkohl/Mais Strudel mit Kräuterquark	3 A,C,G,L A1	Polenta-Spinat-Tasche mit Tomaten[Bio]-Sosse	3 A,G A1
	Gericht 3	Sesam-Karottenstick mit Apfel-Honigsosse	3 A,G,N A1	Hähnchenbrust in fruchtiger Sahnesosse	3,5 G,O	Hähnchenkeule mit Barbecue-Sosse		Apfelstrudel mit Vanillesosse	3 A,G A1	Champignonreispfanne	2 C,G,L
	Gericht 4	Königsberger Klopse {Geflügel} in Kapernsosse	3,5 A,C,G,M, O A1	Fleischkäse {Schwein} in Zwiebelsosse	2,3 A,G A1,A3	Vollkornspaghetti mit Rinder-Bolognese	A,L A1	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren	A,G,L A1,A3	Griechischer Bauernsalat mit Fladenbrot	2,3,5 A,G,N,O A1
	Gericht 5	Lachsragout mit Möhren- und Selleriestreifen	3,5 A,D,G,L A1	Nudelsalat, ital. mit Thunfisch	3,5 A,C,D,O A1	Gebratenes Hokifilet auf Gemüsestreifen	A,D,G,L, M A1	Geflügel-Gyros mit Zaziki	G	Rinderfrikadelle mit Kräutersosse	A,C,G,L A1,A3
Beilagen	Salat	Gurkensalat	3,5 O DGE	Wachsbrechbohnenalat	3,5 O	Eisberg-Möhrensalat mit French-Dressing	3,5 A,C,G,L, M,O A3	Tomatensalat mit Kräuter-Balsamicodressing	1,5 M,O	Endiviensalat mit Blattsalat-Dressing	1,5 L,M,O
	Gemüse	Broccoli		Möhren natur		Bohngengemüse		Erbsen und Möhren	A,G A1	Kohlrabigemüse	A,G A1
	Rohkost	Kohlrabi	99 FR	Kirschtomate	99 FR	Kohlrabi	99 FR	Paprika	99 FR	Möhren	99 FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Petersilienkartoffeln	DGE	Vollkornreis[Bio]	99 FR	Reis	99	Vollkornreis [Bio]	99 FR	Penne	99 A A1
	Beilage 2	Salzkartoffeln	99 FR	Salzkartoffeln	99 FR	Vollkornspaghetti	A A1	Farfalle	99 A A1	Kartoffeln	99 FR
	Beilage 3	Reis	99 DGE	Brötchen	99 A A1	Kartoffeln	99 FR	Salzkartoffeln	99 FR		
Dessert	Dessert	Joghurt natur mit rote Beeren-Topping	99 G	Madeleines	1,2 A,C,F,G A1	Zitronenquark	G	Müsli-Joghurt	A,G A1,A3,A4	Schokoladenpudding	99 G
	Frischobst	Apfel	99 FR	Pflaume	99 FR	Apfel	99 FR	Birne	99 FR	Apfel	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. Wir kennzeichnen unsere Bio-Zutaten tagesaktuell im Speiseplan (geprüft von der Öko-Kontrollstelle ABCERT DE-ÖKO-006).

Nährwertberechnung pro Portion zur

Speisekarte für die Zeit vom 07.09.-11.09.2026

KW 37 V3	C&C	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert ki=1836 Kcal=439 Fett=9 ges.FS=6 KH=73 Zucker=42 EW=13 Salz=0	Brennwert ki=1599 Kcal=382 Fett=8 ges.FS=2 KH=60 Zucker=5 EW=15 Salz=4	Brennwert ki=1991 Kcal=476 Fett=10 ges.FS=7 KH=81 Zucker=49 EW=12 Salz=0	Brennwert ki=2105 Kcal=503 Fett=15 ges.FS=3 KH=77 Zucker=1 EW=14 Salz=0	Brennwert ki=2027 Kcal=484 Fett=23 ges.FS=10 KH=47 Zucker=6 EW=20 Salz=4
	Gericht 2	Brennwert ki=1775 Kcal=424 Fett=16 ges.FS=5 KH=52 Zucker=2 EW=16 Salz=0	Brennwert ki=841 Kcal=201 Fett=10 ges.FS=0 KH=22 Zucker=2 EW=5 Salz=1	Brennwert ki=423 Kcal=101 Fett=3 ges.FS=0 KH=12 Zucker=4 EW=5 Salz=1	Brennwert ki=516 Kcal=123 Fett=3 ges.FS=2 KH=17 Zucker=6 EW=5 Salz=1	Brennwert ki=941 Kcal=225 Fett=13 ges.FS=1 KH=22 Zucker=3 EW=4 Salz=1
	Gericht 3	Brennwert ki=1360 Kcal=325 Fett=21 ges.FS=2 KH=29 Zucker=4 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=701 Kcal=168 Fett=4 ges.FS=1 KH=9 Zucker=3 EW=23 Salz=1	Brennwert ki=1556 Kcal=372 Fett=24 ges.FS=8 KH=3 Zucker=1 EW=34 Salz=0	Brennwert ki=3882 Kcal=928 Fett=52 ges.FS=1 KH=99 Zucker=6 EW=12 Salz=2	Brennwert ki=1229 Kcal=294 Fett=11 ges.FS=5 KH=36 Zucker=4 EW=11 Salz=0
	Gericht 4	Brennwert ki=928 Kcal=222 Fett=14 ges.FS=1 KH=15 Zucker=3 EW=7 Salz=2	Brennwert ki=747 Kcal=178 Fett=12 ges.FS=0 KH=6 Zucker=1 EW=10 Salz=2	Brennwert ki=1567 Kcal=374 Fett=7 ges.FS=2 KH=57 Zucker=10 EW=19 Salz=4	Brennwert ki=641 Kcal=153 Fett=8 ges.FS=1 KH=8 Zucker=1 EW=12 Salz=0	Brennwert ki=1523 Kcal=364 Fett=19 ges.FS=4 KH=37 Zucker=7 EW=10 Salz=2
	Gericht 5	Brennwert ki=812 Kcal=194 Fett=12 ges.FS=3 KH=5 Zucker=1 EW=15 Salz=0	Brennwert ki=1453 Kcal=347 Fett=12 ges.FS=0 KH=45 Zucker=1 EW=12 Salz=1	Brennwert ki=788 Kcal=188 Fett=13 ges.FS=8 KH=4 Zucker=1 EW=17 Salz=0	Brennwert ki=722 Kcal=78 Fett=10 ges.FS=3 KH=3 Zucker=1 EW=17 Salz=1	Brennwert ki=729 Kcal=364 Fett=13 ges.FS=0 KH=12 Zucker=2 EW=16 Salz=0
Beilagen	Salat	Brennwert ki=134 Kcal=32 Fett=2 ges.FS=0 KH=2 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=140 Kcal=33 Fett=1 ges.FS=0 KH=4 Zucker=2 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=430 Kcal=103 Fett=10 ges.FS=1 KH=2 Zucker=2 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=210 Kcal=50 Fett=4 ges.FS=0 KH=2 Zucker=2 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=164 Kcal=39 Fett=3 ges.FS=0 KH=2 Zucker=2 EW=1 Salz=0
	Gemüse	Brennwert ki=279 Kcal=67 Fett=4 ges.FS=0 KH=4 Zucker=0 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=229 Kcal=55 Fett=2 ges.FS=0 KH=9 Zucker=8 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=219 Kcal=52 Fett=3 ges.FS=0 KH=5 Zucker=1 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=399 Kcal=95 Fett=4 ges.FS=1 KH=11 Zucker=2 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=296 Kcal=71 Fett=3 ges.FS=1 KH=8 Zucker=4 EW=2 Salz=0
	Rohkost	Brennwert ki=57 Kcal=14 Fett=0 ges.FS=0 KH=2 Zucker=0 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=28 Kcal=7 Fett=0 ges.FS=0 KH=1 Zucker=1 EW=0 Salz=0	Brennwert ki=57 Kcal=14 Fett=0 ges.FS=0 KH=2 Zucker=0 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=33 Kcal=8 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=490 Kcal=117 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=802 Kcal=192 Fett=1 ges.FS=0 KH=39 Zucker=0 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=872 Kcal=208 Fett=1 ges.FS=0 KH=45 Zucker=0 EW=4 Salz=1	Brennwert ki=802 Kcal=192 Fett=1 ges.FS=0 KH=39 Zucker=0 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=1120 Kcal=268 Fett=2 ges.FS=0 KH=52 Zucker=0 EW=9 Salz=4
	Beilage 2	Brennwert ki=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=945 Kcal=226 Fett=3 ges.FS=0 KH=41 Zucker=0 EW=9 Salz=3	Brennwert ki=1103 Kcal=264 Fett=2 ges.FS=0 KH=51 Zucker=0 EW=9 Salz=4	Brennwert ki=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2
	Beilage 3	Brennwert ki=872 Kcal=208 Fett=1 ges.FS=0 KH=45 Zucker=0 EW=4 Salz=1	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=487 Kcal=116 Fett=0 ges.FS=0 KH=25 Zucker=1 EW=3 Salz=2	Brennwert ki=0 Kcal=0 Fett=0 ges.FS=0 KH=0 Zucker=0 EW=0 Salz=0
Dessert	Dessert	Brennwert ki=278 Kcal=66 Fett=3 ges.FS=2 KH=7 Zucker=6 EW=3 Salz=0	Brennwert ki=465 Kcal=111 Fett=5 ges.FS=0 KH=14 Zucker=0 EW=1 Salz=0	Brennwert ki=315 Kcal=75 Fett=2 ges.FS=1 KH=7 Zucker=7 EW=7 Salz=0	Brennwert ki=601 Kcal=144 Fett=6 ges.FS=2 KH=18 Zucker=5 EW=4 Salz=0	Brennwert ki=456 Kcal=109 Fett=3 ges.FS=2 KH=16 Zucker=11 EW=3 Salz=0
	Frischobst	Brennwert ki=278 Kcal=66 Fett=0 ges.FS=0 KH=16 Zucker=15 EW=0 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	Brennwert ki=303 Kcal=72 Fett=0 ges.FS=0 KH=16 Zucker=13 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 = Pecannuss M = Senf A1 = Weizen B = Krebstiere H6 = Paranuss N = Sesam A2 = Roggen C = Eier H7 = Pistazie O = Sulfite P = Lupinen A3 = Gerste D = Fisch H8 = Macadamianuss R = Weichtiere A4 = Hafer E = Erdnuss H9 = Queenslandnuss Fr=Allergienfrei A5 = Dinkel F = Soja H4 = Cashewnuss L = Sellerie		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