



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 A1	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		Bohnergemüse		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 Fett=9 KH=73 EW=13	ki=1836 Kcal=439 ges.FS=6 Zucker=42 Salz=0	Brennwert Fett=8 KH=60 EW=15	ki=1599 Kcal=382 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=4	Brennwert Fett=10 KH=81 EW=12	ki=1991 Kcal=476 ges.FS=7 Zucker=49 Salz=0	Brennwert Fett=15 KH=77 EW=14	ki=2105 Kcal=503 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=23 KH=47 EW=20	ki=2027 Kcal=484 ges.FS=10 Zucker=6 Salz=4					
	Gericht 2	Brennwert Fett=16 KH=52 EW=16	ki=1775 Kcal=424 ges.FS=5 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=10 KH=22 EW=5	ki=841 Kcal=201 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=3 KH=12 EW=5	ki=423 Kcal=101 ges.FS=0 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=3 KH=17 EW=5	ki=516 Kcal=123 ges.FS=2 Zucker=6 Salz=1	Brennwert Fett=13 KH=22 EW=4	ki=941 Kcal=225 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=1					
	Gericht 3	Brennwert Fett=21 KH=29 EW=4	ki=1360 Kcal=325 ges.FS=2 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=4 KH=9 EW=23	ki=701 Kcal=168 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=24 KH=3 EW=34	ki=1556 Kcal=372 ges.FS=8 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=52 KH=99 EW=12	ki=3882 Kcal=928 ges.FS=1 Zucker=6 Salz=2	Brennwert Fett=11 KH=36 EW=11	ki=1229 Kcal=294 ges.FS=5 Zucker=4 Salz=0					
	Gericht 4	Brennwert Fett=14 KH=15 EW=7	ki=928 Kcal=222 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=2	Brennwert Fett=12 KH=6 EW=10	ki=747 Kcal=178 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=7 KH=57 EW=19	ki=1567 Kcal=374 ges.FS=2 Zucker=10 Salz=4	Brennwert Fett=8 KH=8 EW=12	ki=641 Kcal=153 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=19 KH=37 EW=10	ki=1523 Kcal=364 ges.FS=4 Zucker=7 Salz=2					
	Gericht 5	Brennwert Fett=12 KH=5 EW=15	ki=812 Kcal=194 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=12 KH=45 EW=12	ki=1453 Kcal=347 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=13 KH=4 EW=17	ki=788 Kcal=188 ges.FS=8 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=10 KH=3 EW=17	ki=722 Kcal=78 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=13 KH=12 EW=16	ki=729 Kcal=364 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0					
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=0	ki=134 Kcal=32 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=4 EW=1	ki=140 Kcal=33 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=10 KH=2 EW=1	ki=430 Kcal=103 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=2 EW=1	ki=210 Kcal=50 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=2 EW=1	ki=164 Kcal=39 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=0					
	Gemüse	Brennwert Fett=4 KH=4 EW=4	ki=279 Kcal=67 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=9 EW=1	ki=229 Kcal=55 ges.FS=0 Zucker=8 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=5 EW=3	ki=219 Kcal=52 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=11 EW=3	ki=399 Kcal=95 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=8 EW=2	ki=296 Kcal=71 ges.FS=1 Zucker=4 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=28 Kcal=7 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	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=33 Kcal=8 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=0 KH=25 EW=3	ki=490 Kcal=117 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=1 KH=39 EW=4	ki=802 Kcal=192 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=1 KH=39 EW=4	ki=802 Kcal=192 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=52 EW=9	ki=1120 Kcal=268 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=4					
	Beilage 2	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=3 KH=41 EW=9	ki=945 Kcal=226 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=3	Brennwert Fett=2 KH=51 EW=9	ki=1103 Kcal=264 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=4	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2					
	Beilage 3	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872 Kcal=208 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=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487 Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0 Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0					
Dessert	Dessert	Brennwert Fett=3 KH=7 EW=3	ki=278 Kcal=66 ges.FS=2 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=5 KH=14 EW=1	ki=465 Kcal=111 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=7 EW=7	ki=315 Kcal=75 ges.FS=1 Zucker=7 Salz=0	Brennwert Fett=6 KH=18 EW=4	ki=601 Kcal=144 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=16 EW=3	ki=456 Kcal=109 ges.FS=2 Zucker=11 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=8 EW=1	ki=157 Kcal=38 ges.FS=0 Zucker=7 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Kcal=66 ges.FS=0 Zucker=15 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=1	ki=303 Kcal=72 ges.FS=0 Zucker=13 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=16 EW=0	ki=278 Kcal=66 ges.FS=0 Zucker=15 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 99 = frei von deklarationspfl. Stoffen		13 = koffeinhaltig 14 = mit Milcheiweiß 15 = jodhaltig 16 = chininhaltig 17 = taurinhaltig 18 = kann		