



Speisekarte für die Zeit vom 20.07.-24.07.2026

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



KW 30 V2	C&C	Montag	ZusSt/ Allerg.	Dienstag	ZusSt/ Allerg.	Mittwoch	ZusSt/ Allerg.	Donnerstag	ZusSt/ Allerg.	Freitag	ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Kartoffel-Spinatgratin	1 C,G	Fusilli [Bio] mit Bärlauch-Sahnesosse	A,G A1	Minestrone mit Nudeln	A,L A1	Vollkornspaghetti mit Tomaten[Bio]-Mozzarella-Sosse	A,G A1		
	Gericht 2	Gemüsecurry mit Süßkartoffeln	G							Linsenbratling 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)	1,2 A,C,F,G,L ,M,N,P A1			Broccoli-Nuggets mit Apfel-Currysosse	3 A,C,F,G,L A1,A3		
	Gericht 4	Spaghetti mit Rinder-Bolognese	A,L A1			Rindergeschnetzeltes mit Gewürzgurken	9 G	Putenbrustbraten in Sosse	A,G,L A1,A3	Kartoffelsalat (Essig/Öl) mit Geflügelwienener	2,3,5,8 L,M,O
	Gericht 5	Fisch Burger mit Burger-Dip	A,C,D,M, N A1,A6	Schweinegulasch mit creme fraiche	A,G A1	Fischfrikadelle mit Zitronenmayonnaise	2 A,C,D,G, M A1,A6			Penne mit Tomaten[Bio]-Thunfischsosse	A,D A1
Beilagen	Salat	Tomatensalat mit Kräuter-Balsamicodressing	1,5 M,O	Krautsalat	3,5 O	Endiviensalat mit Kartoffeldressing	3,5 G,L,O	Kohlrabi-Gurkensalat		Eisbergsalat mit Joghurt-Kräuter dressing	3,5 G,O
	Gemüse	Leipziger Allerlei	A,G A1	Erbsen und Möhren		Paprika-Broccoli-Gemüse		Wirsinggemüse	G	Balkangemüse	L
	Rohkost	Kohlrabi	FR	Gurken	99 FR	Kirschtomate	99 FR				
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Vollkornreis [Bio]	99 FR			Kartoffeln	99 FR				
	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			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	Stracciatellakuchen	1 A,C A1
	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. 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 20.07.-24.07.2026

KW 30 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=0 KH=18 EW=5	ki=404	Kcal=96 ges.FS=0 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=12 KH=57 EW=20	ki=1783	Kcal=426 ges.FS=5 Zucker=5 Salz=4	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0
	Gericht 2	Brennwert Fett=13 KH=21 EW=4	ki=909	Kcal=217 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	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=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=7 KH=21 EW=7	ki=804	Kcal=192 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0
	Gericht 4	Brennwert Fett=7 KH=63 EW=16	ki=1642	Kcal=392 ges.FS=2 Zucker=8 Salz=7	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	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=15 KH=25 EW=11	ki=1197	Kcal=286 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1
	Gericht 5	Brennwert Fett=18 KH=43 EW=15	ki=1668	Kcal=399 ges.FS=1 Zucker=2 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=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=6 KH=71 EW=14	ki=1705	Kcal=286 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=5
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=4 KH=2 EW=1	ki=210	Kcal=50 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=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 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=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	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	Brennwert Fett=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0
	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=0 KH=0 EW=0	ki=0	Kcal=0 ges.FS=0 Zucker=0 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=300	Kcal=72 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=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		13 = koffeinhaltig 14 = mit Milcheiweiß 15 = jodhaltig 16 = chininhaltig 17 = taurinhaltig 18 = kann		