



Speisekarte für die Zeit vom 05.10.-09.10.2026

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



KW 41 V1	C&C	Montag ZusSt/ Allerg.	Dienstag ZusSt/ Allerg.	Mittwoch ZusSt/ Allerg.	Donnerstag ZusSt/ Allerg.	Freitag ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Farfalle mit Zucchinirahmsosse A,G,L	Ravioli (Ricotta & Spinat) in Tomaten[Bio]-Sahne-Sosse A,G	Gemüsebulgur mit Feta, Paprika, Mais A,G,L	99 Quarkkeulchen mit Vanillesosse A,C,G	2 Farfalle mit warmem Tomaten-Pesto A,C,G,L
	Gericht 2	Makkaroni-Gratin A,C,F,G,L,M,N,P	Kartoffeltaschen mit Broccoli-Frischkäse-Füllung G	Gedünstete Putenbrust in Gemüsesosse A,G,L	Eieromelett C,G	Quinoa-Erbsenbratling mit Schnittlauchsoße A,G,L
	Gericht 3	Wurstgulasch {Schwein} mit Paprika und Zwiebeln 1,2,3,4 	Hähnchen-Nuggets mit Ketchupsoße 3,8 A,L	Hähnchen-Flakes in Apfel-Mangososse 3 A,G	Currypfanne mit Huhn A,F,G	Kartoffel-Blumenkohl-Broccoli-Gratin 1 A,G
	Gericht 4	Frische Bratwurst {Schwein} mit Senf und Ketchup L,M 	Rindergulasch mit Paprika & Zwiebeln 8	Möhren-Stampf mit Fleischwurstwürfel {Schwein} 2,3,8 L,M	Hot dog {Schwein} 2,3,4,8,9 A,C,F,L,M 	Putengeschnetzeltes mit Champignons A,G
	Gericht 5	Fischstäbchen {Seelachs} 3 A,D	Schweinebraten in Sosse 3 	Kasslerrücken {Schwein} 2,3,8 	Heringsstipp mit Äpfeln und Zwiebeln 9 C,D,G,L,M	Graupeneintopf mit Rindfleisch A,L
Beilagen	Salat	Bohnensalat 3,5 	Eisberg-Mais-Salat mit Joghurt-Kräuter dressing 3,5 G,O	Karotten-Krautsalat 3,5 O	Chinakohlsalat mit Honig-Balsamico-Senf-Dressing 3,5 L,M,O	Eisbergsalat mit Sauerrahm-Kräuter dressing 3,5 G,M,O
	Gemüse	Rahmspinat A,G	Rotkohl 3	Sauerkraut 99 FR	Rahmspinat A,G	Erbsen natur 99
	Rohkost	Kirschtomate 99 FR	Gurken 99 FR	Paprika 99 FR	Kirschtomate 99 FR	Möhren 99 FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Farfalle 99 A	Reis 99	Kartoffelpüree 99 G	Kartoffelpüree 99 G	Backofenkartoffeln 99
	Beilage 2	Reis 99	Salzkartoffeln 99 FR	Makkaroni 99 A,C,F,M,N,P	Vollkornreis [Bio] 99 FR	Mehrkornbrötchen 99 A,N
	Beilage 3	Kartoffelpüree 99 G	Vollkornpenne 99 A	Brötchen 99 A	Kartoffeln 99 FR	Kräuterreis 99 A1,A2,A3,A4
Dessert	Dessert	Joghurt natur mit Erdbeer-Topping 99 G	Rhabarberkompott 99 C,G	Mandarinenjoghurt mit Haferflocken 99 A,G,N	Zitronenkuchen 1 A,C,F	Vanillepudding 99 G
	Frischobst	Kiwi 99 FR	Apfel 99 FR	Banane 99 FR	Pflaume 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 05.10.-09.10.2026

KW 41 V1	C&C	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Hauptgerichte	Gericht 1	Brennwert Fett=11 KH=75 EW=14	ki=1954	Kcal=467 ges.FS=3 Zucker=3 Salz=5	Brennwert Fett=7 KH=30 EW=19	ki=1094	Kcal=262 ges.FS=1 Zucker=6 Salz=1	Brennwert Fett=8 KH=59 EW=12	ki=1568	Kcal=375 ges.FS=2 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=11 KH=52 EW=12	ki=1514	Kcal=362 ges.FS=3 Zucker=22 Salz=1	Brennwert Fett=7 KH=65 EW=13	ki=1612	Kcal=385 ges.FS=1 Zucker=6 Salz=4
	Gericht 2	Brennwert Fett=13 KH=40 EW=13	ki=1417	Kcal=339 ges.FS=4 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=20 KH=30 EW=5	ki=1341	Kcal=320 ges.FS=3 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=4 KH=5 EW=17	ki=513	Kcal=123 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=8 KH=5 EW=10	ki=555	Kcal=133 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=12 KH=21 EW=6	ki=946	Kcal=226 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=1
	Gericht 3	Brennwert Fett=17 KH=6 EW=10	ki=928	Kcal=222 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=12 KH=23 EW=11	ki=1045	Kcal=250 ges.FS=0 Zucker=6 Salz=2	Brennwert Fett=8 KH=7 EW=16	ki=693	Kcal=166 ges.FS=1 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=7 KH=6 EW=9	ki=535	Kcal=128 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=17 KH=22 EW=15	ki=1282	Kcal=306 ges.FS=8 Zucker=3 Salz=1
	Gericht 4	Brennwert Fett=7 KH=2 EW=16	ki=592	Kcal=142 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=5 KH=4 EW=10	ki=431	Kcal=103 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=11 KH=35 EW=9	ki=1176	Kcal=281 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=1	Brennwert Fett=33 KH=34 EW=15	ki=2112	Kcal=505 ges.FS=2 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=6 KH=8 EW=15	ki=619	Kcal=148 ges.FS=3 Zucker=4 Salz=0
	Gericht 5	Brennwert Fett=17 KH=13 EW=12	ki=1078	Kcal=258 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=1	Brennwert Fett=20 KH=3 EW=20	ki=1155	Kcal=276 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=11 KH=1 EW=14	ki=687	Kcal=164 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=2	Brennwert Fett=29 KH=20 EW=11	ki=1653	Kcal=138 ges.FS=3 Zucker=18 Salz=3	Brennwert Fett=22 KH=22 EW=11	ki=658	Kcal=148 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=5 KH=3 EW=2	ki=259	Kcal=62 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=5 EW=1	ki=153	Kcal=37 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=4 EW=1	ki=151	Kcal=36 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=7 KH=4 EW=1	ki=359	Kcal=86 ges.FS=1 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=1	ki=111	Kcal=27 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0
	Gemüse	Brennwert Fett=4 KH=5 EW=3	ki=277	Kcal=66 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=8 EW=1	ki=163	Kcal=39 ges.FS=0 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=2 KH=2 EW=2	ki=135	Kcal=32 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	Brennwert Fett=4 KH=5 EW=3	ki=277	Kcal=66 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=0	Brennwert Fett=1 KH=8 EW=6	ki=341	Kcal=81 ges.FS=0 Zucker=5 Salz=0
	Rohkost	Brennwert Fett=0 KH=1 EW=0	ki=28	Kcal=7 ges.FS=0 Zucker=1 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=33	Kcal=8 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=3 EW=0	ki=56	Kcal=13 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Brennwert Fett=2 KH=51 EW=9	ki=1103	Kcal=264 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=4	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644	Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644	Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=7 KH=31 EW=3	ki=854	Kcal=204 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0
	Beilage 2	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	Brennwert Fett=0 KH=25 EW=3	ki=487	Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=4 KH=52 EW=12	ki=1279	Kcal=306 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=4	Brennwert Fett=1 KH=39 EW=4	ki=802	Kcal=192 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=4 KH=38 EW=8	ki=916	Kcal=219 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=1
	Beilage 3	Brennwert Fett=4 KH=24 EW=4	ki=644	Kcal=154 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	Brennwert Fett=1 KH=52 EW=9	ki=1101	Kcal=263 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=3	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=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1
Dessert	Dessert	Brennwert Fett=3 KH=6 EW=3	ki=266	Kcal=63 ges.FS=2 Zucker=6 Salz=0	Brennwert Fett=0 KH=11 EW=1	ki=247	Kcal=59 ges.FS=0 Zucker=8 Salz=0	Brennwert Fett=2 KH=13 EW=4	ki=367	Kcal=88 ges.FS=0 Zucker=7 Salz=0	Brennwert Fett=8 KH=18 EW=2	ki=636	Kcal=152 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=0	Brennwert Fett=3 KH=13 EW=2	ki=368	Kcal=88 ges.FS=2 Zucker=7 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=0 KH=23 EW=1	ki=421	Kcal=101 ges.FS=0 Zucker=20 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
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=Allergiefrei		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		