



Speisekarte für die Zeit vom 12.10.-16.10.2026

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



KW 42 V2	C&C	Montag ZusSt/ Allerg.	Dienstag ZusSt/ Allerg.	Mittwoch ZusSt/ Allerg.	Donnerstag ZusSt/ Allerg.	Freitag ZusSt/ Allerg.
Hauptgerichte	Gericht 1	Kartoffel-Spinatgratin C,G	Fusilli [Bio] mit Bärlauch-Sahnesosse A,G A1	Erbsensuppe mit Brotroutons A,G,L A1	Vollkornspaghetti mit Tomaten[Bio]-Mozzarella-Sosse A,G A1	Pellkartoffeln mit Schnittlauchquark G
	Gericht 2	Gemüsecurry mit Süßkartoffeln G	Gemüseragout A,F,G,L A1	Geflügelfrikadelle mit Geflügelsosse A,G,L A1,A3	Vegetarischer Burger mit Sauerrahmdip A,G,L,N A1,A5	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	Makaroni-Gratin (Tomaten, Erbsen, Möhren) A,C,F,G,L ,M,N,P A1	Geflügelklopse in Indischer Sosse A,C,G,H,L ,M A1	Broccoli-Nuggets mit Apfel-Currysosse A,C,F,G,L A1,A3	Putenbratwurst mit Currysosse 1,3,13
	Gericht 4	Spaghetti mit Rinder-Bolognese A,L A1	Hähnchenbrust in Paprika-Sahnesosse A,G,L A1	Rindergeschnetzeltes mit Gewürzgurken 9 G	Putenbrustbraten in Sosse A,G,L A1,A3	Steckrübenintopf mit Kasseler (Schwein) 2,3,8 G,L
	Gericht 5	Fisch Burger mit Burger-Dip A,C,D,M, N A1,A6	Schweinegoulasch mit creme fraiche A,G A1	Fischfrikadelle mit Zitronenmayonnaise A,C,D,G, M A1,A6	Schweinefrikadelle mit Zwiebelsosse A,C,G,L A1,A3	Penne mit Tomaten[Bio]-Thunfischsosse A,D A1
Beilagen	Salat	Eisberg-Möhrensalat mit Kräuter-Balsamicodressing 1,5 M,O	Krautsalat 3,5 O	Endiviensalat mit Kartoffeldressing 3,5 G,L,O	Kohlrabi-Gurkensalat 3,5	Eisbergsalat mit Joghurt-Kräuter dressing 3,5 G,O
	Gemüse	Leipziger Allerlei A,G A1	Erbsen und Möhren 99	Paprika-Broccoli-Gemüse 99	Wirsinggemüse G	Balkangemüse L
	Rohkost	Kohlrabi FR	Gurken FR	Kirschtomate FR	Paprika FR	Möhren FR
Sättigungsbeilagen	Beilage 1	Vollkornreis [Bio] FR	Reis 99	Kartoffeln FR	Kartoffelspalten A A1	Reis 99
	Beilage 2	Kartoffeln FR	Fusilli [Bio] A A1	Brötchen A A1	Kartoffelpüree G	Brötchen A A1
	Beilage 3	Spaghetti A A1	Salzkartoffeln FR	Cous-Cous A,L A1	Vollkornspaghetti A A1	Kartoffel-Knusperpüree A,G A3
Dessert	Dessert	Bananen-Quark G A1	Müsli-Riegel 99 A,E,G A1,A3,A4	Erdbeeryoghurt G A1	Kirschquarkspeise G A1	Straciatellakuchen 1 A,C A1
	Frischobst	Birne FR	Apfel FR	Kiwi FR	Birne FR	Pflaume 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 12.10.-16.10.2026

KW 42 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=6 KH=40 EW=10	ki=1074	Kcal=257 ges.FS=3 Zucker=4 Salz=1	Brennwert Fett=12 KH=57 EW=20	ki=1783	Kcal=426 ges.FS=5 Zucker=5 Salz=4	Brennwert Fett=0 KH=59 EW=14	ki=1257	Kcal=300 ges.FS=0 Zucker=3 Salz=0	
	Gericht 2	Brennwert Fett=13 KH=21 EW=4	ki=909	Kcal=217 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=8 KH=6 EW=3	ki=484	Kcal=116 ges.FS=2 Zucker=5 Salz=0	Brennwert Fett=10 KH=13 EW=13	ki=833	Kcal=199 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=13 KH=48 EW=9	ki=1472	Kcal=352 ges.FS=1 Zucker=1 Salz=1	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=13 KH=40 EW=13	ki=1417	Kcal=339 ges.FS=4 Zucker=4 Salz=0	Brennwert Fett=17 KH=15 EW=8	ki=1035	Kcal=247 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=2	Brennwert Fett=7 KH=21 EW=7	ki=804	Kcal=192 ges.FS=1 Zucker=3 Salz=0	Brennwert Fett=16 KH=9 EW=13	ki=1008	Kcal=241 ges.FS=0 Zucker=5 Salz=3	
	Gericht 4	Brennwert Fett=7 KH=63 EW=16	ki=1642	Kcal=392 ges.FS=2 Zucker=8 Salz=7	Brennwert Fett=5 KH=8 EW=23	ki=733	Kcal=175 ges.FS=2 Zucker=2 Salz=1	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=17 KH=24 EW=14	ki=1295	Kcal=310 ges.FS=4 Zucker=3 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=23 KH=15 EW=13	ki=1384	Kcal=0 ges.FS=9 Zucker=2 Salz=2	Brennwert Fett=13 KH=71 EW=14	ki=1976	Kcal=310 ges.FS=1 Zucker=2 Salz=5	
Beilagen	Salat	Brennwert Fett=6 KH=2 EW=0	ki=270	Kcal=65 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=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=2 KH=42 EW=5	ki=856	Kcal=204 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=0 KH=25 EW=3	ki=487	Kcal=116 ges.FS=0 Zucker=1 Salz=2	Brennwert Fett=10 KH=35 EW=4	ki=1067	Kcal=255 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=2	Brennwert Fett=1 KH=45 EW=4	ki=872	Kcal=208 ges.FS=0 Zucker=0 Salz=1	
	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=6 KH=43 EW=8	ki=1148	Kcal=274 ges.FS=1 Zucker=2 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=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	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		A6 = Kamut		G = Milch		H5 = Pecannuss		M = Senf		1 = mit Farbstoff		7 = gewachst		13 = koffeinhaltig		16 = chininhaltig	
A1 = Weizen		B = Krebstiere		H = Schalenfrüchte		H6 = Paranuss		N = Sesam		2 = mit Konservierungsstoff		8 = mit Phosphat		14 = mit Milcheiweiß		17 = taurinhaltig	
A2 = Roggen		C = Eier		H1 = Mandel		H7 = Pistazie		O = Sulfite		3 = mit Antioxidationsmittel		9 = mit Süßungsmittel		15 = jodhaltig		18 = kann	
A3 = Gerste		D = Fisch		H2 = Haselnuss		H8 = Macadamianuss		P = Lupinen		4 = mit Geschmacksverstärker		10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle					
A4 = Hafer		E = Erdnuss		H3 = Walnuss		H9 = Queenslandnuss		R = Weichtiere		5 = geschwefelt		11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken					
A5 = Dinkel		F = Soja		H4 = Cashewnuss		L = Sellerie		Fr=Allergienfrei		6= geschwärzt		12 = unter Schutzatmosphäre verp 99 = frei von deklarationspfl. Stoffen					