

# Speisekarte für die Zeit vom 09.11.-13.11.2026



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

| KW 46 V6 | C&C | Montag | ZusSt/ Allerg. | Dienstag | ZusSt Allerg. | Mittwoch | ZusSt Allerg. | Donnerstag | ZusSt Allerg. | Freitag | ZusSt Allerg |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hauptgerichte | Gericht 1 | Champignonragout | 99 A,G A1 | Farfalle mit Gemüse-Sosse (Möhre/Sellerie/Porree) | A,G,L A1 | Rührei | C | Kartoffel-Blumenkohl-Gratin mit Bechamelsosse gebacken | 1 A,G A1 | Gnocchi-Gemüsepfanne | C,L |
| | Gericht 2 | Hähnchen-Curry mit Ananas | 3 A,G A1 | Gemüseringel mit Tartare-Dip | 2 A,C,G,L, M A1,A5,A6 | Spinatstrudel mit Frischkäsesosse | 1 A,C,G A1,A4 | Penne mit Bärlauch-Sahnesosse | A,G A1 | Erbsensuppe | L |
| | Gericht 3 | Rindfleischwürfel mit Möhren u. Kichererbsen | 3 A,L A1 | Hähnchenbrust in Rahmsosse | A,G,L A1,A3 | Kürbissuppe mit Gemüse und | G,L | Falafelbällchen mit Joghurtsosse | A,G A1 | Hähnchengeschnetzeltes mit Zucchini in Rahm | A,G A1 |
| | Gericht 4 | Spaghetti mit Rinder-Bolognese | A,L A1 | Rinder-Gemüsegoulasch | L | Hähnchenkeule | | Hähnchenbrust in orientalischer Sosse | 3,5 G,O | Kartoffel-Quiche mit Rinderhack und Lauch | C,G |
| | Gericht 5 | Seelachsfilet in Kräutersosse | A,D,G A1 | Schweinegeschnetzeltes | 9 G | Tomaten-Lachsragout mit Karotten und Selleriestreifen | D,L | Italienische Gemüsepfanne mit Rinder-Hackfleisch | 99 FR | Bratrolle {Schwein} mit Ketchupsosse | 3,4,8 A,F,L,M A1 |
| Beilagen | Salat | Möhrensalat | 3,5 O | Chinakohl-Mandarinensalat mit Joghurt-Kräuterdressing | 3,5 G,O | Eichblattsalat mit Blattsalate-Dressing | 1,5 L,M,O | Endiviensalat mit Kartoffeldressing | 3,5 G,L,O | Eisbergsalat mit French-Dressing | 3,5 A,C,G,L, M,O A3 |
| | Gemüse | Kaisergemüse | G | Möhren natur | | Kohlrabigemüse | A,G A1 | Möhren Rustika | L | Kaisergemüse | G |
| | Rohkost | Kirschtomate | 99 FR | Gurken | 99 FR | Kohlrabi | 99 FR | Radieschen | 99 FR | Möhren | 99 FR |
| Sättigungsbeilagen | Beilage 1 | Semmelknödel | 99 A,C A1 | Farfalle | 99 A A1 | Kartoffelpüree | G | Penne | 99 A A1 | Brötchen | 99 A A1 |
| | Beilage 2 | Polenta (Maisgriess) [Bio] | 2 C,G,L | Salzkartoffeln | 99 FR | Vollkornreis [Bio] | 99 FR | Djuwetschreis | | Kartoffeln | 99 FR |
| | Beilage 3 | Spaghetti | 99 A A1 | Reis | 99 | Mehrkornbrötchen | 99 A,N A1,A2,A3,A4 | Kartoffelspalten | 99 A A1 | Gemüsereis | L |
| Dessert | Dessert | Karamellpudding | 99 G | Madeleines | 1,2 A,C,F,G A1 | Apfel-Birnenkompott | 3 FR | Beerenjoghurt | 99 G | Götterspeise Tropic mit Vanillesosse | 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).

53819 Neunkirchen-Seelscheid | Hennefer Straße 2 | Küche
Telefon: 0 22 47 / 96 80 80 | Mail: kueche@schulmenue.com

# Nährwertberechnung pro Portion zur

## Speisekarte für die Zeit vom 09.11.-13.11.2026

53819 Neunkirchen-Seelscheid | Hennefer Straße 2 | Küche
Telefon: 0 22 47 / 96 80 80 | Fax: 0 22 47 /96 80 81

| KW 46 V6 | C&C | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Hauptgerichte | Gericht 1 | Brennwert ki=407 Kcal=97<br>Fett=6 ges.FS=3<br>KH=6 Zucker=2<br>EW=3 Salz=0 | Brennwert ki=1702 Kcal=407<br>Fett=7 ges.FS=1<br>KH=71 Zucker=2<br>EW=13 Salz=4 | Brennwert ki=882 Kcal=211<br>Fett=16 ges.FS=4<br>KH=1 Zucker=0<br>EW=14 Salz=0 | Brennwert ki=1705 Kcal=407<br>Fett=22 ges.FS=12<br>KH=30 Zucker=4<br>EW=19 Salz=2 | Brennwert ki=1156 Kcal=276<br>Fett=11 ges.FS=2<br>KH=38 Zucker=2<br>EW=4 Salz=1 |
| | Gericht 2 | Brennwert ki=610 Kcal=146<br>Fett=6 ges.FS=2<br>KH=7 Zucker=7<br>EW=15 Salz=1 | Brennwert ki=1385 Kcal=331<br>Fett=24 ges.FS=1<br>KH=23 Zucker=1<br>EW=5 Salz=1 | Brennwert ki=1500 Kcal=358<br>Fett=24 ges.FS=10<br>KH=25 Zucker=2<br>EW=10 Salz=1 | Brennwert ki=2021 Kcal=483<br>Fett=14 ges.FS=4<br>KH=75 Zucker=1<br>EW=13 Salz=5 | Brennwert ki=690 Kcal=165<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=30 Zucker=4<br>EW=9 Salz=0 |
| | Gericht 3 | Brennwert ki=686 Kcal=164<br>Fett=6 ges.FS=2<br>KH=9 Zucker=4<br>EW=14 Salz=0 | Brennwert ki=690 Kcal=165<br>Fett=5 ges.FS=1<br>KH=5 Zucker=1<br>EW=23 Salz=1 | Brennwert ki=808 Kcal=193<br>Fett=5 ges.FS=2<br>KH=32 Zucker=9<br>EW=4 Salz=0 | Brennwert ki=897 Kcal=214<br>Fett=7 ges.FS=0<br>KH=29 Zucker=0<br>EW=9 Salz=1 | Brennwert ki=516 Kcal=123<br>Fett=6 ges.FS=3<br>KH=3 Zucker=2<br>EW=13 Salz=1 |
| | Gericht 4 | Brennwert ki=1642 Kcal=392<br>Fett=7 ges.FS=2<br>KH=63 Zucker=8<br>EW=16 Salz=7 | Brennwert ki=391 Kcal=93<br>Fett=3 ges.FS=1<br>KH=5 Zucker=3<br>EW=10 Salz=0 | Brennwert ki=1438 Kcal=344<br>Fett=23 ges.FS=8<br>KH=0 Zucker=0<br>EW=33 Salz=0 | Brennwert ki=806 Kcal=193<br>Fett=8 ges.FS=2<br>KH=5 Zucker=2<br>EW=24 Salz=0 | Brennwert ki=1147 Kcal=274<br>Fett=14 ges.FS=7<br>KH=23 Zucker=3<br>EW=14 Salz=0 |
| | Gericht 5 | Brennwert ki=455 Kcal=109<br>Fett=4 ges.FS=1<br>KH=6 Zucker=1<br>EW=11 Salz=0 | Brennwert ki=548 Kcal=131<br>Fett=8 ges.FS=1<br>KH=3 Zucker=2<br>EW=12 Salz=0 | Brennwert ki=539 Kcal=129<br>Fett=8 ges.FS=1<br>KH=4 Zucker=2<br>EW=11 Salz=0 | Brennwert ki=574 Kcal=0<br>Fett=6 ges.FS=3<br>KH=7 Zucker=4<br>EW=13 Salz=0 | Brennwert ki=1367 Kcal=274<br>Fett=21 ges.FS=1<br>KH=22 Zucker=8<br>EW=11 Salz=1 |
| Beilagen | Salat | Brennwert ki=225 Kcal=54<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=8 Zucker=8<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=116 Kcal=28<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=3 Zucker=3<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=163 Kcal=39<br>Fett=3 ges.FS=0<br>KH=2 Zucker=1<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=107 Kcal=26<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=2 Zucker=1<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=416 Kcal=100<br>Fett=10 ges.FS=1<br>KH=1 Zucker=1<br>EW=1 Salz=0 |
| | Gemüse | Brennwert ki=187 Kcal=45<br>Fett=2 ges.FS=1<br>KH=5 Zucker=0<br>EW=3 Salz=0 | Brennwert ki=229 Kcal=55<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=9 Zucker=8<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=296 Kcal=71<br>Fett=3 ges.FS=1<br>KH=8 Zucker=4<br>EW=2 Salz=0 | Brennwert ki=231 Kcal=55<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=8 Zucker=2<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=187 Kcal=45<br>Fett=2 ges.FS=1<br>KH=5 Zucker=0<br>EW=3 Salz=0 |
| | Rohkost | Brennwert ki=28 Kcal=7<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=1 Zucker=1<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=16 Kcal=4<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=1 Zucker=1<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=57 Kcal=14<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=2 Zucker=0<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=24 Kcal=6<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=1 Zucker=1<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=56 Kcal=13<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=3 Zucker=3<br>EW=0 Salz=0 |
| Sättigungsbeilagen | Beilage 1 | Brennwert ki=1181 Kcal=282<br>Fett=4 ges.FS=0<br>KH=49 Zucker=0<br>EW=11 Salz=2 | Brennwert ki=1103 Kcal=264<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=51 Zucker=0<br>EW=9 Salz=4 | Brennwert ki=644 Kcal=154<br>Fett=4 ges.FS=2<br>KH=24 Zucker=2<br>EW=4 Salz=1 | Brennwert ki=1120 Kcal=268<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=52 Zucker=0<br>EW=9 Salz=4 | Brennwert ki=759 Kcal=181<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=35 Zucker=2<br>EW=6 Salz=1 |
| | Beilage 2 | Brennwert ki=516 Kcal=123<br>Fett=2 ges.FS=1<br>KH=22 Zucker=2<br>EW=4 Salz=0 | Brennwert ki=487 Kcal=116<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=25 Zucker=1<br>EW=3 Salz=2 | Brennwert ki=802 Kcal=192<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=39 Zucker=0<br>EW=4 Salz=0 | Brennwert ki=728 Kcal=174<br>Fett=3 ges.FS=1<br>KH=33 Zucker=2<br>EW=3 Salz=0 | Brennwert ki=487 Kcal=116<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=25 Zucker=1<br>EW=3 Salz=2 |
| | Beilage 3 | Brennwert ki=978 Kcal=234<br>Fett=3 ges.FS=0<br>KH=43 Zucker=0<br>EW=7 Salz=5 | Brennwert ki=872 Kcal=208<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=45 Zucker=0<br>EW=4 Salz=1 | Brennwert ki=916 Kcal=219<br>Fett=4 ges.FS=1<br>KH=38 Zucker=2<br>EW=8 Salz=1 | Brennwert ki=1067 Kcal=255<br>Fett=10 ges.FS=0<br>KH=35 Zucker=0<br>EW=4 Salz=2 | Brennwert ki=836 Kcal=200<br>Fett=2 ges.FS=0<br>KH=40 Zucker=1<br>EW=4 Salz=0 |
| Dessert | Dessert | Brennwert ki=595 Kcal=142<br>Fett=6 ges.FS=0<br>KH=19 Zucker=0<br>EW=3 Salz=0 | Brennwert ki=465 Kcal=111<br>Fett=5 ges.FS=0<br>KH=14 Zucker=0<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=218 Kcal=52<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=12 Zucker=11<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=318 Kcal=76<br>Fett=3 ges.FS=2<br>KH=10 Zucker=9<br>EW=3 Salz=0 | Brennwert ki=209 Kcal=50<br>Fett=1 ges.FS=0<br>KH=8 Zucker=4<br>EW=3 Salz=0 |
| | Frischobst | Brennwert ki=278 Kcal=66<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=16 Zucker=15<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=157 Kcal=38<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=8 Zucker=7<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=278 Kcal=66<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=16 Zucker=15<br>EW=0 Salz=0 | Brennwert ki=303 Kcal=72<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=16 Zucker=13<br>EW=1 Salz=0 | Brennwert ki=278 Kcal=66<br>Fett=0 ges.FS=0<br>KH=16 Zucker=15<br>EW=0 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 Phospat | 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=Allergenfrei | 6= geschwärzt | 12 = unter Schutzatmosphäre verp | 99 = frei von deklarationspfl. Stoffen | |