



## FRISCH, GESUND UND LECKER

Wir möchten mit unserem Speiseplan dazu beitragen, dass Kinder sich gesund ernähren und Ihnen eine breite Auswahl an täglichen Gerichten zur Verfügung stellen.

- Rind • ▪ Schwein • ▫ Fisch •
- Geflügel • ▪ Wild • ▪ Lamm •
- Vegetarisch •

[A] = Glutenhaltiges Getreide [A1 = Weizen, A2 = Roggen, A3 = Gerste, A4 = Hafer, A5 = Dinkel, A6 = Kamut oder A7 = Hybridstämme davon]  
 [B] = Krebstiere / Krebstiererzeugnisse • [C] = Eier / Eiererzeugnisse  
 [D] = Fisch / Fischereierzeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse  
 [F] = Soja / Sojamerzeugnisse • [G] = Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose  
 [H] = Schalenfrüchte (H = Mandel, H1 = Haselnuss, H2 = Walnuss, H3 = Cashew, H4 = Pecannuss, H5 = Paranuss, H6 = Pistazie, H7 = Macadamianuss und H8 = Queenstandnuss)  
 [I] = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • [J] = Senf / Senferzeugnisse • [K] = Sesam / Sesamerzeugnisse  
 [L] = Schwefelkohldioxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinerzeugnisse  
 [N] = Weichtiere / Weichtiererzeugnisse

1 = darf nicht 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel  
 4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwärzt 6 = gewachst 7 = mit Phosphat  
 8 = mit Süßungsmittel(n) 9 = Aspartam / Phenylalaninquelle 10 = geschweifelt  
 11 = cofeinhaltig 12 = chininhaltig

Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet,  
 Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem  
 Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.



# KINDER-SPEISEPLAN

**KW: 10**  
SPEISEPLAN VOM 2.3. BIS 8.3.26

	A	B	C	D
<b>MONTAG</b> 2.3.2026	Hähnchenschnitzel mit Paprikagemüse und Butterreis A1,I,5 6,7 BE	Schweizer Sahnegeschnetzeltes mit kleinen Möhren und Spätzle A1,C,G,I,9 4,5 BE	Spaghetti "Funghi" Italiensche Nudeln mit Pilzsauce und Olivenöl A1,G,I,9 6,0 BE	Milchreis mit heißen Kirschen G,1 9,3 BE
<b>DIENSTAG</b> 3.3.2026	Delikate Putenpfanne mit Gemüsesauce und Reis A1,FG,I 6,1 BE	Grobe Bratwurst mit Bratenjas dazu feiner Apfelsrotkohl und Kartoffeln A1,I,1 4,3 BE	Zartes Hähnchenbrustfilet "Florentiner Art" mit Käsesauce, Blattspinat und Nudeln A1,F,G,I,5,9 4,6 BE	Mini-Frühlingsrollen mit Chinesischem Gemüse und feinem Wildreis A1,C,F,G,I,3,9 7,8 BE
<b>MITTWOCH</b> 4.3.2026	"Hausgemachte" Currywurstpfanne mit frischen Zwiebeln und Paprikakartoffeln A1,J,1 6,2 BE	Geflügel Hackbraten in würziger Sauce mit Mischgemüse und leckeren Farfalle Nudeln A1,C,G,I,J 6,0 BE	Rindersauerbraten mit leckerer Sauce, Rotkohl und Kartoffelknödelchen A1,G,2,5,9 5,4 BE	Rührei mit leckerem Rahmspinat und Kartoffeln A1,C,G,I,5,9 3,1 BE
<b>DONNERSTAG</b> 5.3.2026	Fischfrikadelle mit Ratatouille und frischen Stampfkartoffeln A1,D,G,I,J,3,5,9 5,3 BE	"Hausgemachter" Gemüseeintopf mit Geflügelbockwurst (Kinder Roggenbrötchen 0,30 €) A1,I,2,4 2,7 BE	Chicken-Nuggets mit leckerer Ketchupsauce, Reis und Krautsalat A1,C,I,J,2,3,5 8,6 BE	Gedünstetes Gemüse mit Sauce "Holländische Art" dazu Pasta Tricolore A1,G,I 6,5 BE
<b>FREITAG</b> 6.3.2026	Frische Reibekuchen mit leckerem "hausgemachtem" Apfelmus A1,C 7,7 BE	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Langkornreis A1,C,I,I 7,3 BE	Vegetarische Tortellini mit fruchtiger Tomatensauce A1,C,G,I,9 5,0 BE	FIT-PIZZA wahlweise in den Sorten Vegetaria, Margherita, Margharita-Speziale, Salami-Paprika oder Thunfisch-Zwiebeln Achtung Kaltannahme! Nährwerte auf Anfrage 



Neben „kindgerechten“ Menüs findet auch die traditionelle Küche in unseren Plänen ihren Platz. Wir finden dieses wichtig, da in vielen Haushalten dieses leider keine Berücksichtigung mehr findet und somit leider eine Menge Tradition und Esskultur verloren geht.

## GESUNDHEITSBEWUSST GEKOCHT:

Unsere Rezepte sind grundsätzlich salzarm erstellt. Wir verwenden als Standard Rapsöl. Gemüse wird schonend zubereitet (im Kombidämpfer gedämpft).

Wir verwenden in der Küche nur Milch mit 1,5% Fettgehalt. Unser Püree wird frisch aus Kartoffeln zubereitet (kein Tütengemüse).

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihr Küchenteam

