



Speiseplan 24.10.2022 - 28.10.2022



KW	24.10.2022	25.10.2022	26.10.2022	27.10.2022	28.10.2022
43	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gemüse-Hülsenfrüchte-Ragout mit Perlgrauen	Nasi Goreng vegetarische Reis- Gemüsepfanne (Zucchini, Paprika, Champignon)	Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons und Vollkornspätzle	Spaghetti mit Pesto und Kirschtomaten, dazu geriebener Gouda	MSC-Fischstäbchen mit Schnittlauchsauce und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	F,11,15,19,20,22	V,11	15,19,20,31	F,15,19,20	15,19,20,27
Menü 2 (vegetarisch)	Makkaroni dazu Sahnsauce mit Erbsen	vegetarische Bällchen "Königsberger Art" mit Kapernsauce und Salzkartoffeln	Herzhaftes Tofuragout mit Sahne und Vollkornspätzle	Gemüse-Kartoffel-Gratin mit Paprikasauce	Tomaten-Zucchini Gemüse mit Fusilli und geriebenem Gouda
<i>Allergene</i>	F,15,19,20	F,15,19,20,21	F,15,19,20,21,31	F,15,19,31	F,11,15,19,20
Allergenkost	Gemüse-Hülsenfrüchte-Ragout mit glutenfreien Nudeln	Nasi Goreng vegetarische Reis- Gemüsepfanne (Zucchini, Paprika, Champignon)	Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons (allergenfrei) und Salzkartoffeln	Wirsingintopf dazu glutenfreies Brot	MSC-Seelachsfilet, paniert, allergenred., Schnittlauchsauce (allergenfrei), Kartoffeln
<i>Allergene</i>	V,11,12	V, 11	12	V,25	12,27
Dessert	Schokoladenpudding	Bio-Obst	Pflaumenkaltschale	Bio-Obst	Rote Grütze mit Vanillesauce
<i>Allergene</i>	F, 15, 19	V	V	V	F, 15, 19
Rohkost	grüne Gurke	Rote Bete	geraspelte Möhren	Kopfsalat mit Buttermilchdressing dazu Kerne	Gurkensalat
<i>Allergene</i>	V	V,11,23	V	F,11,15,19	V, 11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser



Speiseplan 31.10.2022 - 04.11.2022



KW	31.10.2022	01.11.2022	02.11.2022	03.11.2022	04.11.2022
44	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Würzige Tomatensauce mit Nudeln und geriebenem Käse	Grüner Bohneneintopf mit Kürbiskernbrötchen	Rinderbolognese mit geriebenem Hartkäse und Farfalle	Kichererbsen-Curry in Kokossauce mit Vollkornreis	Gedünstetes MSC-Seelachsfilet in Dillsauce mit Möhren und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	F,11,15,19,20,22	V,20	R,11,15,19,20	V	15,19,27
Menü 2 (vegetarisch)	Gemüsefrikadelle mit Gorgonzolasauce und Reis	Gemüse-Kräutersauce mit Vollkornnudeln	Vegetarische Bolognese mit geriebenem Hartkäse und Farfalle	<u>Tomatencremesuppe</u> F, 11, 15, 19 Eierkuchen mit Apfelmus	Quinoa-Erbsen-Frikadelle mit Kräutersauce, Möhren und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	F,15,19,20,31	F,15,19,20	F,11,15,19,20,21,22	F,2,11,15,19,20,31	F,15,19
Allergenkost	Hähnchenkeule mit Kartoffelecken und würziger Tomatensauce	Grüner Bohneneintopf mit glutenfreiem Brötchen	Rinderbolognese mit glutenfreien Spaghetti	<u>Tomatensuppe</u> V, 11 Eierkuchen mit Apfelmus (allergenfrei)	Gedünstetes MSC-Seelachsfilet in Dillsauce (allergenf.) mit Möhren und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	11,22	V,25	R,11	V,2,11,12	12,27
Dessert	Vanillepudding	Bio-Obst	Beerenjoghurt	Bio-Obst	Birnenquark
<i>Allergene</i>	F, 15, 19	V	F,15,19	V	F,15,19
Rohkost	Möhrensticks	Gemüsemix	Tomate und grüne Gurke	Paprika	Gurkensalat dazu Kerne
<i>Allergene</i>	V	V	V	V	V, 11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser



Speiseplan 07.11.2022 - 11.11.2022



KW	07.11.2022	08.11.2022	09.11.2022	10.11.2022	11.11.2022
45	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Menü 1	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung und Kräutersauce	Blumenkohl-Käsemedaillons mit Currysauce und Risoleekartoffeln	Putengulasch mit Kartoffelpüree und Erbsengemüse	Bulgur-Gemüsepfanne mit Hirtenkäse (Zucchini, Möhren, Champignon)	MSC-Lachsfilet in Zitronensauce mit Vollkorn-Kräuterreis
<i>Allergene</i>	F,15,19,20	F,15,19,20	15,19	F,15,19,20	15,19,27
Menü 2 (vegetarisch)	Bunte Fusilli mit Käse-Lauch-Sauce	vegetarische Maultaschen mit Wurzelgemüse und Rahmsauce	Cremiger Erbseneintopf dazu Baguette mit Ur-Getreide	Kartoffeln mit Kräuterquark	Gemüse-Kokossauce mit Vollkornreis
<i>Allergene</i>	F,15,19,20	F,15,19,20,22	F,15,19,20,24	F,15,19	V
Allergen-kost	Hähnchenstreifen mit Champignons dazu Reis	Kartoffel-Gemüsepfanne mit Kräuterdip, allergenreduziert	Linsenbolognese mit glutenfreien Nudeln	mediterrane Reispfanne	MSC-Lachsfilet in Zitronensauce (allergenfrei) und Vollkorn-Kräuterreis
<i>Allergene</i>	12	V,23	V,11	V,11	12,27
Dessert	Sahnepudding	Bio-Obst	Joghurt mit Pfirsich	Bio-Obst	Beerengrütze
<i>Allergene</i>	F, 15, 19	V	F, 15, 19	V	V
Rohkost	grüne Gurke	Paprika-Mais-Salat	Möhren geraspelt	Eisbergsalat mit fruchtigem Joghurt-dressing dazu Kerne	Gurkensalat
<i>Allergene</i>	V	V,11	V	V, 11,15,19	V,11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser



Speiseplan 14.11.2022 - 18.11.2022



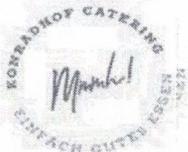
KW	14.11.2022	15.11.2022	16.11.2022	17.11.2022	18.11.2022
46	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Balkangemüsepfanne mit Nudeln und Tomatensoße	Hühnerfrikassee mit Vollkornreis	Linseneintopf mit Baguette	Gemüesoße mit Bio-Gemüse und Sahne, geriebener Mozzarella und Farfalle	Ragout (MSC-Seelachs) in fruchtiger Currysauce dazu Risibisi
<i>Allergene</i>	F,11,20,22	15,19	V,20	F,15,19,20	23,27
Menü 2 (vegetarisch)	Ofenkartoffeln mit Käsesoße und Möhren-Maisgemüse	Gemüsefrikassee mit Vollkornreis	Zucchini-Kürbissauce mit Muschelnudeln und geriebenem Käse	Spinat-Käse-Taler mit Tomatenragout dazu Salzkartoffeln	Kaisergemüseragout mit Reis
<i>Allergene</i>	F,15,19	F,15,19	F,15,19,20	F,11,15,19,20,22,31	F,15,19
Allergen-kost	Balkangemüsepfanne mit glutenfreien Nudeln und Tomatensoße	Hühnerfrikassee, allergenfrei mit Vollkornreis	Linseneintopf mit glutenfreiem Brötchen	Blattspinat-Kartoffelauflauf mit Paprikasauce, allergenreduziert	Ragout (MSC-Seelachs) in fruchtiger Currysauce dazu Risibisi
<i>Allergene</i>	F,11,22	12	V,25	V,12	23,27
Dessert	Vanillepudding	Bio-Obst	Aprikosenquark	Bio-Obst	Apfelkompott
<i>Allergene</i>	F,15,19	V	F,15,19	V	F,15,19
Rohkost	grüne Gurke	Paprikasticks	Rote Bete	Möhrensalat mit Apfel	Gurkensalat dazu Kerne
<i>Allergene</i>	V	V	V,11,23	V, 11	V,11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser



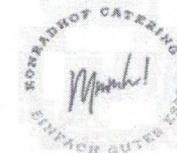
Speiseplan 21.11.2022 - 25.11.2022



KW	21.11.2022	22.11.2022	23.11.2022	24.11.2022	25.11.2022
47	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Herbstliche Gemüsepfanne mit Reis und Sahnesauce	Grüne Pesto-Rahmsauce und Vollkornnudeln	Wurstragout (Geflügelwust) dazu bunte Nudeln	Gemüsefrikadelle mit Kräuter-Käse-Sauce und Kartoffelstampf	MSC-Backfisch mit Remoulade und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	F,15,19	F,15,19,20	1, 20	F,2,15,19,20,31	20,23,27,31
Menü 2 (vegetarisch)	Bulgur mit Kichererbsen und Zucchini-Paprikaragout	Tomatensauce mit geriebenem Mozzarella und Vollkornnudeln	Kürbislasagne	<u>Karottencremesuppe</u> F, 15, 19	Kartoffel-Wirsing-Eintopf mit Brot
<i>Allergene</i>	V,11,20	F,11,15,19,20,22	F,15,19,20	F,2,11,15,19	
Menü 3 (alternativ)	Käsespätzle mit Schmelzzwiebeln	vegetarisches Gyros mit Zaziki (Kräuterjoghurt) Reis und Weißkrautsalat	Bunte Couscouspfanne mit Karottensauce	Blumenkohlcurry mit gelben Linsen und Kräuterreis	Putenstreifen in Erbsen-Mais-Sahnesauce und Kartoffeln
<i>Allergene</i>	F,15,19,20,31	F,11,15,19,20,21,22,31	F,20,22	V,23	15,19
Allergenkost	Herbstliche Gemüsepfanne mit Reis und Rahmsauce (allergenfrei)	Tomatensauce mit glutenfreien Nudeln	Wurstragout (Geflügelwust) dazu glutenfreie Nudeln	Blumenkohlcurry mit gelben Linsen und Kräuterreis	MSC-Seelachsfilet, paniert mit Remoulade und Kartoffeln (allergenreduziert)
<i>Allergene</i>	F,12	V,11,22	11,22,23	V,23	23,27
Dessert	Schokoladenpudding	Bio-Obst	Bananenquark	Bio-Obst	Orangencreme
<i>Allergene</i>	F,15,19	V	F,15,19	V	F,15,19
Rohkost	Paprika	Krautsalat	Gemüsemix	Möhrensalat mit Apfel dazu Kerne	Gurkensalat
<i>Allergene</i>	V	V,11	V	V,11	V,11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser



Speiseplan 28.11.2022 - 02.12.2022



KW	28.11.2022	29.11.2022	30.11.2022	01.12.2022	02.12.2022
48	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gemüsequark mit Salzkartoffeln	Spinat-Frischkäsesauce mit Fusilli	Rindergulach mit Rotkohl und Kartoffelklöße	vegetarisch gefüllte Paprikaschote mit Vollkornreis und Tomatensauce	MSC-Lachsfilet "Minestrone Art" mit Kartoffelstampf
<i>Allergene</i>	F, 15, 19	F,15,19,20	R,11, 12, 18	V, 11, 20, 22, 23	11,15,19,22,27
Menü 2 (vegetarisch)	Bunter Kartoffel-Gemüse Eintopf mit Baguette	Möhren-Paprika-Ragout mit Fusilli	Paprikagemüse gulasch mit Kartoffelklöße	Karotten-Linsenragout mit Vollkornreis	Saisonale Gemüsepfanne mit Kartoffelecken und Pestodip aus Bio-Quark
<i>Allergene</i>	V,20,22,23	V	F,11,12,18	V,11,22	F,15,19
Allergenkost	Bunter Kartoffel-Gemüse Eintopf mit glutenfreiem Brötchen	Möhren-Paprika-Ragout mit Kräuterreis	Rindergulach mit Rotkohl und Kartoffeln	Karotten-Linsenragout mit Vollkornreis	MSC-Lachsfilet "Minestrone Art" mit Reis
<i>Allergene</i>	V,23,25	V	R,2,11,18	V,11,22	11,22,27
Dessert	Mandelpudding	Bio-Obst	Joghurt mit Orange	Bio-Obst	Kirschkaltschale
<i>Allergene</i>	F, 15, 19	V	F, 15, 19	V	V
Rohkost	grüne Gurke	Paprika-Mais-Salat dazu Kerne	Möhren	Gemüsemix	Gurkensalat
<i>Allergene</i>	V	V,11	V	V	V, 11
Getränk	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser	Wasser