

Schwarzwurzeln werden auch Winterspargel genannt. Er enthält viel Calcium. Calcium ist gut für deine Knochen.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-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.


Bitte Schulnamen eintragen

- Geflügelfleisch
- Rindfleisch
- Vegetarisch
- Fisch



5. KW	29.01.2024	30.01.2024	31.01.2024	01.02.2024	02.02.2024
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü I	Hähnchenstreifen in heller Paprikasauce	rote Linsensuppe (püriert)	Gemüseschnitzel (Blumenkohl, Erbsen, Broccoli)	Käsemaccaroni	gebratenes Wildlachfilet
	Vollkornnudeln	Fladenbrot	Kräutersauce	Blattsalat	helle Dillsauce
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)	Graubrot	Salzkartoffeln	Wachsrechnerbohnsalat (Öl&Essig)	Wild-Langkornreis
Menü II Vegetarisch	vegetarisches Ragout (Eiweiß) in heller Paprikasauce	Gnocchipfanne (Romanesco, Erbsen, Blumenkohl)	Kartoffelrösti Taler	mini Pfannekuchen (Natur)	Kartoffel-Kohlrabiauflauf
	Vollkornnudeln	Tomatensauce	Apfelmus	Vanillesauce	Blattsalat
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)	Schwarzwurzelgemüse	Zimt & Zucker	Blattsalat	Blattsalat
Menü 3	Vollkorn Fusilli	Penne	Spaghetti	Tortellini (Käsefüllung)	Bio Fusilli
	helle Petersiliensauce	Tomatenrahmsauce	vegetarische Bolognese (Soja)	Spinat-Käsesauce	helle Kräutersauce
	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse
Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)	Krautsalat (Öl&Essig)	Wachsrechnerbohnsalat (Öl&Essig)	Blattsalat	Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemügesticks	Vanillequark	Obst/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks
Salatsauce Auswahl				Joghurdressing	Joghurdressing
				Frenchdressing	Frenchdressing
				Americandressing	Americandressing
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei
	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei
	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei
	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei
	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei

Kürbisse gehören zu den größten Früchten der Welt. Sie wachsen auf dem Boden.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-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.


Bitte Schulnamen eintragen



Geflügelfleisch
Rindfleisch
Vegetarisch
Fisch




ESSEN FÜR KINDER DE-ÖKO-006

6. KW	05.02.2024 Montag	06.02.2024 Dienstag	07.02.2024 Mittwoch	08.02.2024 Weiberfastnacht	09.02.2024 Freitag
Menü I	Rinder Bifteki (Tomate, Käse)	Kürbiscremesuppe	Valess Käseschnitzel (gefüllt mit Gouda Käse)	gebratene Kartoffeln	Heringsstipp
	Paprika-Tomatensauce		Tomaten-Basilikumsauce	Rahmsauce (vegetarisch)	weiße Sauce (Apfel, Zwiebel, Gewürzgurke)
	Reis	Fladenbrot	Reisnudeln	Wirsinggemüse in Rahm	Bio Kartoffeln
	Krautsalat (Öl&Essig)	Roggen-Vollkornbrot	Blattsalat		Blattsalat
Menü II Vegetarisch	Gemüsefrikadelle (Möhren, Pastinaken, Erbsen)	Käsespätzle	Gemüse-Cordon bleu (Erbsen, Möhren, Mais)	Broccoli-Vollkornnudelauflauf	gekochte Eier
	Paprika-Tomatensauce		Tomaten-Basilikumsauce		helle Dillsauce
	Reis	Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)	Reisnudeln	Rettichsalat (Öl&Essig)	Bio Kartoffeln
	Krautsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat
Menü 3	feine Bandnudeln	Maccaroni	Ravioli (Spinat, Zucchini, Tomate)	Vollkorn Spaghetti	bunte Farfalle
	helle Zucchinisauce	helle Erbsensauce	Tomaten-Basilikumsauce	Linsenbolognese	Kräutersauce
	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse
	Krautsalat (Öl&Essig)	Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)	Blattsalat	Rettichsalat (Öl&Essig)	Blattsalat
Dessert	Obst/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks	Berliner	Obst/Gemügesticks
Salatsauce Auswahl			Joghurtdressing		Joghurtdressing
			Frenchdressing		Frenchdressing
			Balsamicodressing		Balsamicodressing
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei
	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei
	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei
	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei
	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei

Die Kichererbse hat nichts mit Kichern zu tun :) der Name hat sich über Jahre aus dem römischen Wort Cicer entwickelt.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-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.



Bitte Schulnamen eintragen



Geflügelfleisch
Rindfleisch
Vegetarisch
Fisch



7. KW	12.02.2024	Anzahl Komponente	13.02.2024	Anzahl Komponente	14.02.2024	Anzahl Komponente	15.02.2024	Anzahl Komponente	16.02.2024	Anzahl Komponente
	Rosenmontag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Rindergulasch (Paprika, Zwiebeln)		fruchtige Tomatensuppe (Tomaten, Lauch, Möhren, Sellerie)		Salzkartoffeln		Kichererbsenbällchen		Backfischfilet (Seelachs)	
	Vollkornnudeln		Fladenbrot		Schnittlauch-Dip		Minz-Dip		Zitronenmayonaise	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		Graubrot		Fingermöhrengemüse		Ebly-Zartweizen		Kartoffel-Kürbispüree	
Menü II Vegetarisch	Gemüseragout (Möhren, Blumenkohl, Broccoli) in Tomatensauce		Kartoffel-Spinatauflauf		vegetarisches Gyros (Soja)		gebackene Kartoffeln in Schale		Blumenkohl-Käsebratling	
	Vollkornnudeln		Möhrensalat (Öl&Essig)		Tzaziki		Sauerrahmdip		Kräuterdip	
					Reis		Gurkensalat (Öl&Essig)		Kartoffel-Kürbispüree	
Menü 3	Vollkorn Penne mediterane Gemüsesauce (Tomaten, Zucchini, Paprika)		Ravioli (Käse)		Bio Spaghetti		Tortellini (Spinat-Ricotta)		Farfalle	
	geriebener Hartkäse		Broccolisauce		gelbe Zuchinisauce		Tomatenrahmsauce		helle Kürbissauce	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Grießpudding		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks	
	Salatsauce Auswahl				Americandressing				Americandressing	
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei		Laktosefrei		Italiandressing				Italiandressing	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Joghurdressing				Joghurdressing	
	Histaminfrei		Histaminfrei							
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei							
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

Zimt wird aus der Rinde des Zimtbauemes gewonnen. Es ist ein weihnachtliches Gewürz.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-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.

Bitte Schulnamen eintragen

- Geflügelfleisch
- Rindfleisch
- Vegetarisch
- Fisch



8. KW	19.02.2024 Montag	20.02.2024 Dienstag	03.01.1900 Montag	22.02.2024 Donnerstag	23.02.2024 Freitag
Menü I	Geflügel Leberkäse (Truthahn)	Schnibbelbohneintopf (grüne Bohnen, Kartoffeln, Sellerie)	mini Kartoffelklößchen	Kartoffel-Blumenkohlaufauf	Wildlachsragout in heller Sauce
	Bratensauce		Bratensauce (vegetarisch)		
	Bratkartoffeln	Fladenbrot	Apfelrotkohl	Blattsalat	Vollkornreis
	Sauerkraut	Graubrot			Sahne-Gurkensalat
Menü II Vegetarisch	vegetarische Bratwurst (Soja)	Bohnengulasch (Kidneybohnen, grüne Bohnen, weiße Riesenbohnen)	Gemüse Köttbullar (Erbsen, Möhren, Mais)	Bio Milchreis	Rigatoni al Forno (Erbsen, Tomaten) mit Mozzarella überbacken
	veget. Bratensauce		veget. Preiselbeerrahmsauce		
	Bratkartoffeln	Penne	Kartoffeln	heiße Kirschen	Sahne-Gurkensalat
	Sauerkraut	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)	Blumenkohlgemüse	Zimt & Zucker	
Menü 3	Fusilli	Spaghetti	grüne Bandnudeln	Tortellini (Ricotta-Spinat)	Vollkorn Penne
	Käsesauce	helle Broccoli-Tomatensauce	Pestosauce	Tomatensauce	Basilikumsauce
	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse	geriebener Hartkäse
	Krautsalat (Öl&Essig)	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)	Blattsalat	Blattsalat	Sahne-Gurkensalat
Dessert	Obst/Gemüsesticks	Knusper Joghurt	Obst/Gemüsesticks	Obst/Gemüsesticks	Obst/Gemüsesticks
Salatsauce Auswahl			Joghurtdressing	Joghurtdressing	
			Frenchdressing	Frenchdressing	
			Balsamicodressing	Balsamicodressing	
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei
	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei
	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei
	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei	Milcheiweißfrei
	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei

Broccolie macht lange satt, da er viele Ballaststoffe enthält. Ballaststoffe sind Stoffe die den Bauch von innen putzen und füllen.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-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.

Bitte Schulnamen eintragen

	Geflügelfleisch
	Rindfleisch
	Vegetarisch
	Fisch



9. KW	26.02.2024	Anzahlkomponente	27.02.2024	Anzahlkomponente	28.02.2024	Anzahlkomponente	29.02.2024	Anzahlkomponente	01.03.2024	Anzahlkomponente
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Hähnchenstreifen in heller Champignonrahmsauce		Erbse Eintopf (Kartoffeln, Möhren, Sellerie)		Kartoffelgratin vegetarische Thymiansauce		Broccoli-Vollkornnudel- Auflauf		Fischfrikadelle (Seelachs)	
	Reis		Fladenbrot		Blumenkohlgemüse		Blattsalat		Remouladensauce	
	Bunter Gemüsesalat (Mais, Paprika, Erbsen)		Graubrot						Kartoffelpüree	
Menü II Vegetarisch	vegetarisches Geschnetzeletes in heller Champignonrahmsauce (Quorn)		Bio Spinatknödel		Gemüse maultaschen (Kartoffeln, Karotten, Spinat)		Broccoli-Nußecke		Eieromlett	
	Reis		Käsesauce		Kräutersauce		helle Kräutersauce		Kartoffelpüree	
	Bunter Gemüsesalat (Mais, Paprika, Erbsen)		Möhren-Apfelsalat (Öl & Essig)		Blattsalat		Vollkornreis		Rahmspinat	
Menü 3	Penne		Tortellini (Käse)		feine Bandnudeln		Vollkorn Spaghetti		Farfalle	
	Tomatenrahmsauce		Spinatsauce		Champignonrahmsauce		helle Kräutersauce		Tomatensauce	
	geriebener Hartkäse Bunter Gemüsesalat (Mais, Paprika, Erbsen)		geriebener Hartkäse Möhren-Apfelsalat (Öl & Essig)		geriebener Hartkäse Blattsalat		geriebener Hartkäse Blattsalat		geriebener Hartkäse Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Milchreis		Obst/Gemüsesticks	
Salatsauce Auswahl					Joghurtdressing		Joghurtdressing		Joghurtdressing	
					Frenchdressing		Frenchdressing		Frenchdressing	
					Balsamicodressing		Balsamicodressing		Balsamicodressing	
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	



Ricotta ist ein italienischer Frischkäse. Er schmeckt süß und wird aus Schaf oder Kuhmilch gemacht.



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Bitte Schulnamen eintragen

	Geflügelfleisch
	Rindfleisch
	Vegetarisch
	Fisch



10. KW	04.03.2024 Montag	Anzahlkomponente orientie	05.03.2024 Dienstag	Anzahlkomponente orientie	06.03.2024 Mittwoch	Anzahlkomponente orientie	07.03.2024 Donnerstag	Anzahlkomponente orientie	08.03.2024 Freitag	Anzahlkomponente orientie
Menü I	gebratene Spätzle		bunter Gemüseeintopf (Steckrübe, Erbsen, Kartoffel)		Hähnchen Nuggets		gebratene Reispfanne (Paprika, Sojasprossen, Weißkohl, Ei)		gebratenes Wildlachsfilet	
	helle Paprikasauce			Süß-Sauersauce				Petersiliensauce		
	ZucchiniGemüse			Fladenbrot				fruchtige Currysauce		
Menü II Vegetarisch	Canneloni mit Ricotta-Spinatfüllung in Tomatensauce		gebackene Kartoffeltaschen (Tomaten-Mozzarella)		Broccoli Nuggets		Tortellinauflauf (Käsefüllung) mit Erbsen in heller Sauce		Gemüseragout (Broccoli, Möhren, Blumenkohl)	
	Rotkohlsalat (Öl&Essig)		Paprikadip		Süß-Sauersauce		Blattsalat		Vollkornreis	
			Gurkensalat (Öl&Essig)		Kartoffelecken				grüner Bohnensalat (Öl&Essig)	
Menü 3	Bio Fusilli		Maccaroni		grüne Bandnudeln		Farfalle		Vollkorn Spaghetti	
	Käsesauce		Kräutersauce		Tomaten-Basilikumsauce		helle Petersiliensauce		Linsenragout	
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	Rotkohlsalat (Öl&Essig)		Gurkensalat (Öl&Essig)		Krautsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		grüner Bohnensalat (Öl&Essig)	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Vanillepudding		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks	
Salatsauce Auswahl							Americandressing			
							Italiandressing			
							Joghurdressing			
Sonderkost bitte hier eintragen	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	