

Kohlrabis sind große, runde Knollen mit grünen Blättern oben drauf. Sie können grün oder lila sein und haben eine glatte Haut.

 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			 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  Bio nach EU Bio-Verordnung DE-ÖKO-006		
39. KW	21.09.2026	Anzahl Komponente	22.09.2026	Anzahl Komponente	23.09.2026	Anzahl Komponente	24.09.2026	Anzahl Komponente	25.09.2026	Anzahl Komponente		
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag			
<u>Menü I</u>	 Hähnchenstreifen in fruchtiger Currysauce 		 rote Linsensuppe (püriert) 		 Gemüseschnitzel (Blumenkohl, Erbsen, Broccoli)  Kräutersauce		 Nudel-Paprika Auflauf in Tomatensauce 		 gebratenes Wildlachfilet  helle Dillsauce			
	Vollkornreis		Fladenbrot		Salzkartoffeln		Blattsalat		Wild-Langkornreis			
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Graubrot		Wachsbrechbohnsensalat (Öl&Essig)				Blattsalat			
	<u>Menü II Vegetarisch</u>	 vegetarisches Curry (Mykoprotein) 		 mini Pfannkuchen  Vanillesauce		 Kartoffelpüree  Champignonrahmsauce		 Gnocchipfanne (Romanesco, Erbsen, Blumenkohl)  Tomatensauce		 Kartoffel-Kohlrabiauflauf  Blattsalat		
Vollkornreis			Schokoladensauce		Blumenkohlgemüse in Rahm							
Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)			Zimt & Zucker									
<u>Menü 3</u>		 Vollkorn Fusilli 		 Penne 		 Spaghetti 				 BIO Orecchiette 		
	helle Petersiliensauce		Tomatenrahmsauce		vegetarische Bolognese (Soja)				helle Broccoli-Tomatensauce			
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse			
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Krautsalat (Öl&Essig)		Wachsbrechbohnsensalat (Öl&Essig)				Blattsalat			
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Schokoladenpudding		 Obst/Gemüsesticks			
<u>Salatsauce Auswahl</u>							Americandressing		Americandressing			
							Italiandressing		Italiandressing			
							Joghurtdressing		Joghurtdressing			
<u>Sonderkost bitte hier eintragen!</u>	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			

Lauch ist auch als Porree bekannt. Er hat viele gute Bestandteile, z. B. Vitamin C und Vitamin K. Diese sind gut für die Infekt-Abwehr und für die 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	 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  Bio nach der Verordnung DE-ÖKO-006			
40. KW	28.09.2026	Anzahl Komponente	29.09.2026	Anzahl Komponente	30.09.2026	Anzahl Komponente	01.10.2026	Anzahl Komponente	02.10.2026	Anzahl Komponente
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
<u>Menü I</u>	mediterrane Nudelpfanne (Paprika, Zwiebeln, Zucchini)		Kürbiscremesuppe		Valess Käseschnitzel (gefüllt mit Gouda Käse)		gebratene Kartoffeln		paniertes Seelachsfilet	
					Tomaten-Basilikumsauce		Rahmsauce (vegetarisch)		Zitronen-Kräuter-Mayonnaise	
	Krautsalat (Öl&Essig)		Fladenbrot		Reisnudeln		Lauchgemüse in Rahm		BIO Kartoffeln	
			Roggen-Vollkornbrot		Blattsalat				Blattsalat	
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	Gemüsefrikadelle (Möhren, Pastinaken, Erbsen)		Käsespätzle		vegetarische Bockwurst		Ebly-Gemüsepfanne (Sellerie, Lauch, Möhre)		gekochte Eier	
	helle Basilikumsauce				Tomatenketchup				Dillsauce	
	Reis		Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)		Senf		helle Petersiliensauce		BIO Kartoffeln	
	Krautsalat (Öl&Essig)				Kartoffel-Möhren Stampf				Blattsalat	
<u>Menü 3</u>	Ravioli mit Rindfleischfüllung		Maccaroni		Vollkorn Boccolini (kleine Lockennudeln)		Spaghetti		bunte Farfalle	
	Tomatensauce		helle Paprikasauce		helle Zucchinisauce		Linsenbolognese		helle Erbsen & Putenschinkensauce	
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	Krautsalat (Öl&Essig)		Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		grüner Bohnensalat (Öl&Essig)		Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		BIO Banane		Vanillequark		Obst/Gemüsesticks	
<u>Salatsauce Auswahl</u>					Balsamicodressing				Balsamicodressing	
					Italiandressing				Italiandressing	
					Joghurdressing				Joghurdressing	
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier eintragen!</u>	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	

Fingermöhren heißen so, weil sie kleiner und schmäler als normale Möhren sind. Sie erinnern an kleine Finger.

 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  IN VIA ESSEN FÜR KINDER  Bio nach DGE-Richtlinien DE-ÖKO-006			
41. KW	05.10.2026	Anzahl Komponente	06.10.2026	Anzahl Komponente	07.10.2026	Anzahl Komponente	08.10.2026	Anzahl Komponente	09.10.2026	Anzahl Komponente
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
<u>Menü I</u>	 Rindergulasch (Paprika, Zwiebeln) 		 fruchtige Tomatensuppe (Tomaten, Lauch, Möhren, Sellerie) 		Kartoffelecken 		Kichererbsenbällchen 		 Backfischfilet (Seelachs) 	
	Spätzle		Fladenbrot		Schnittlauch-Dip 		Minz-Dip		Sauce Tartar (mit Ei)	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		Graubrot		Fingermöhrengemüse 		Curryreis		Bratkartoffeln	
							Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat	
<u>Menü II Vegetarisch</u>	Gemüseragout (Möhren, Blumenkohl, Broccoli) in Tomatensauce 		Kartoffel-Spinatauflauf 		 vegetarisches Gyros (Soja) 		 gebackene Kartoffeln in Schale 		Blumenkohl-Käsebratling 	
	Salzkartoffeln		Möhrensalat (Öl&Essig)		Tzaziki		Sauerrahmdip		Kräuterdip	
					Vollkornreis		Gurkensalat (Öl&Essig)		Bratkartoffeln	
					Blattsalat				Blattsalat	
<u>Menü 3</u>	Vollkorn Penne 		Orecchiette (Ohren Nudeln) 		BIO Spaghetti 		Tortellini (Spinat-Ricotta) 		Farfalle 	
	Tomatenrahmsauce		Brocolisauce		gelbe Zucchinisauce		Tomatensauce		helle Kürbissauce	
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		Möhrensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat	
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Grießpudding		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks	
<u>Salatsauce Auswahl</u>					Americandressing				Americandressing	
					Frenchdressing				Frenchdressing	
					Joghurdressing				Joghurdressing	
<u>Sonderkost bitte hier eintragen!</u>	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	

Sauerkraut wird aus klein geschnittenem Weißkohl hergestellt. Der Name "Sauerkraut" kommt von dem Wort "sauer". Der leicht saure Geschmack entsteht durch das sogenannte Fermentieren.

 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				
42. KW	12.10.2026 Montag	Anzahlkompo nenne	13.10.2026 Dienstag	Anzahlkompo nenne	14.10.2026 Mittwoch	Anzahlkompo nenne	15.10.2026 Donnerstag	Anzahlkompo nenne	16.10.2026 Freitag	Anzahlkompo nenne	
Menü I	 Geflügel Leberkäse (Truthahn) 		 Schnibbelbohne Eintopf (grüne Bohnen, Kartoffeln, Sellerie) 		 mini Kartoffelklößchen		 Blumenkohl im Backteig 		 Wildlachsragout in heller Sauce 		
	Bratensauce				 Bratensauce (vegetarisch)		Schnittlauchdip				
	Kartoffelpüree			Fladenbrot		 Apfelrotkohl		Salzkartoffeln		Vollkornreis	
	Sauerkraut			Graubrot				Blattsalat		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		heiße Kirschen		Sahne-Gurkensalat		
	Kartoffelpüree			Penne		Reis					
	Sauerkraut			Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Blumenkohlgemüse		Zimt & Zucker			
Menü 3			 BIO Fusilli		 grüne Bandnudeln 		 Tortellini (Ricotta-Spinat)				
			Käsesauce		Pestosauce		Tomatensauce				
			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse				
			Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat				
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Apfel-Zimtquark		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		
Salatsauce Auswahl					Balsamicodressing		Balsamicodressing				
					Frenchdressing		Frenchdressing				
					Joghurtdressing		Joghurtdressing				
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		

Rote Beete ist eine Wurzel, die unter der Erde wächst. Ihre leuchtend rote Farbe macht sie besonders auffällig. Man kann sie roh, gekocht und gebraten essen oder sogar als Saft trinken.

 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 				
43. KW	19.10.2026 Montag	Anzahlkompo rente	20.10.2026 Dienstag	Anzahlkompo rente	21.10.2026 Mittwoch	Anzahlkompo rente	22.10.2026 Donnerstag	Anzahlkompo rente	23.10.2026 Freitag	Anzahlkompo rente	
<u>Menü I</u>	 Hähnchensteak		 Erbseneintopf (Kartoffeln, Möhren, Sellerie) 		 Gemüse Bagel (Blumenkohl, Karotten, Erbsen) 		 Broccoli-Vollkornnudel- Auflauf		 panierte Meeresfiguren (Seelachs)		
	Thymiansauce				vegetarische Rahmsauce 				Remouladensauce		
	gebratene Kartoffeln			Fladenbrot		Kartoffelgratin 		Blattsalat		Salzkartoffeln	
	Rote- Beete- Salat (Öl&Essig)			Graubrot						Rahmspinat	
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	 vegetarisches Schnitzel (Milch, Ei, Weizen)		 BIO Spinatknödel		 Gemüsemaultaschen (Kartoffeln, Karotten, Spinat)		 Broccoli-Nußecke		 Eieromlette		
	Thymiansauce (vegetarisch)				helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Möhre)		Tomatensauce				
	gebratene Kartoffeln			Käsesauce			Vollkornreis		Salzkartoffeln		
	Rote- Beete- Salat (Öl&Essig)			Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat		Rahmspinat	
<u>Menü 3</u>	 Penne		 Tortellini (Käse)				 Vollkorn Spaghetti		 Farfalle		
	Tomatenrahmsauce		Spinatsauce				Champignonrahmsauce		gelbe Zucchinisauce		
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
	Rote- Beete- Salat (Öl&Essig)		Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)				Blattsalat		Blattsalat		
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Milchreis		 Obst/Gemüsesticks		
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>					Joghurtdressing		Americandressing		Italiandressing		
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier</u> <u>eintragen!</u>	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		

Curry ist nicht nur ein Gewürz, sondern auch ein Gericht! In Indien ist es ein traditioneller Eintopf mit Gemüse und Fleisch oder Fisch. Die Soße besteht aus vielen Gewürzen. Die gelbe Farbe kommt von der Kurkuma-Knolle.

 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	 
	44. KW	26.10.2026	27.10.2026	28.10.2026	29.10.2026	30.10.2026
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Menü I	bunte Spätzle (gebraten) 	 roter Kichererbseneintopf (Tomate, Karotte, Blumenkohl, Erbsen)	 Hähnchen Nuggets 	 gebratene Reispfanne (Paprika, Sojasprossen, Weißkohl, Ei)	 gebratenes Seelachsfilet 	
	helle Paprikasauce 					helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Karotte)
	Maisgemüse 					Vollkornreis
Menü II Vegetarisch	 Linsnbällchen 	 gebackene Kartoffeltaschen (Broccoli-Frischkäsefüllung)	 Broccoli Nuggets 	 Tortelliniauflauf  (Käsefüllung) mit Erbsen in heller Sauce	 Gemüseragout  (Broccoli, Möhren, Blumenkohl)	
	Currydip					
	BIO Reis					
Menü 3	Rotkohlsalat (Öl&Essig)	Paprikadip	Kartoffelecken	süßsaure Sauce	grüner Bohnensalat (Öl&Essig)	
		Gurkensalat (Öl&Essig)	Krautsalat (Öl&Essig)			
Menü 3	BIO Penne 	 Maccaroni	 grüne Bandnudeln		 Vollkorn Spaghetti	
	Käsesauce					Linsenragout
	geriebener Hartkäse					geriebener Hartkäse
Dessert	Rotkohlsalat (Öl&Essig)	Gurkensalat (Öl&Essig)	Krautsalat (Öl&Essig)	Blattsalat	Vollkornreis	
Salatsauce Auswahl	 Obst/Gemüsesticks	 Obst/Gemüsesticks	 Obst/Gemüsesticks	 Kirschwackelpudding mit Vanillesauce 	 Obst/Gemüsesticks	
				 Frenchdressing		
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	