

Kohlrabi, auch Rüb Kohl genannt, gehört zur Familie der Kreuzblüter. Man kann von Kohlrabi die Knolle und die Blätter essen. Er schmeckt roh und gekocht.

 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				
43. KW	20.10.2025	Anzahl Komponente	21.10.2025	Anzahl Komponente	22.10.2025	Anzahl Komponente	23.10.2025	Anzahl Komponente	24.10.2025	Anzahl Komponente	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
<u>Menü I</u>	 Hähnchenstreifen in fruchtiger Currysauce 		 rote Linsensuppe (püriert) 		 Gemüseschnitzel (Blumenkohl, Erbsen, Broccoli) 		 Nudel-Paprika Auflauf in Tomatensauce 		 gebratenes Wildlachfilet 		
		Vollkornreis		Fladenbrot		Kräutersauce				helle Dillsauce	
		Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Graubrot		Salzkartoffeln		Blattsalat		Wild-Langkornreis	
					Wachsbrechbohnsensalat (Öl&Essig)				Blattsalat		
<u>Menü II Vegetarisch</u>	 vegetarisches Curry (Mykoprotein) 		 mini Pfannkuchen 		 Kartoffelpüree 		 Gnocchipfanne (Romanesco, Erbsen, Blumenkohl) 		 Kartoffel-Kohlrabiauflauf 		
		Vollkornreis		Zimt & Zucker		Champignonrahmsauce					
		Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Vanillesauce		Blumenkohlgemüse in Rahm		Tomatensauce		Blattsalat	
			Schokoladensauce								
<u>Menü 3</u>	 Vollkorn Fusilli 		 Penne 		 Spaghetti 				 Bio Fusilli 		
		helle Petersiliensauce		Tomatenrahmsauce		vegetarische Bolognese (Soja)				helle Kräutersauce	
		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>							Frenchdressing		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		

Senf ist ein Gewürz und wird aus Senfsamen hergestellt. Er enthält auch Omega-3-Fettsäuren, die sind wichtig für die Herzgesundheit.

 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
	44. KW	27.10.2025	28.10.2025	29.10.2025	30.10.2025	31.10.2025
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Menü I	mediterrane Nudelpfanne (Paprika, Zwiebeln, Zucchini)	Kürbiscremesuppe	Valess Käseschnitzel (gefüllt mit Gouda Käse)	gebratene Kartoffeln	paniertes Seelachsfilet	
	Krautsalat (Öl&Essig)	Fladenbrot	Tomaten-Basilikumsauce	Rahmsauce (vegetarisch)	Zitronen-Kräuter-Mayonnaise	
		Roggen-Vollkornbrot	Reisnudeln	Wirsinggemüse in Rahm	Bio Kartoffeln	
			Blattsalat		Blattsalat	
Menü II Vegetarisch	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	
Menü 3	Ravioli mit Rindfleischfüllung	Maccaroni	Vollkorn Boccolini (kleine Lockennudeln)	Spaghetti	bunte Farfalle	
	Tomatensauce	helle Paprikasauce	helle Zucchini-sauce	Linsenbolognese	Sauce mit Erbsen & Putenschinken	
	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/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks	Obst/Gemügesticks	Vanillequark	Obst/Gemügesticks	
Salatsauce Auswahl			Frenchdressing		Frenchdressing	
			Italiandressing		Italiandressing	
			Joghurt dressing		Joghurt dressing	
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	

Kichererbsen gehören zu den Hülsenfrüchten. Sie enthalten viel Eiweiß und Ballaststoffe. Das Eiweiß liefert Aminosäuren und Ballaststoffe unterstützen die Verdauung.

 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-Öko-Verordnung DE-ÖKO-006		
45. KW	03.11.2025	Anzahl Komponente	04.11.2025	Anzahl Komponente	05.11.2025	Anzahl Komponente	06.11.2025	Anzahl Komponente	07.11.2025	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				Schnittlauch-Dip 		Minz-Dip		Sauce Tartar (mit Ei)		
	weißer Riesenbohnsensalat (Öl&Essig)		Fladenbrot		Fingermöhrengemüse 		Curryreis		Bratkartoffeln		
			Graubrot				Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	Gemüseragout (Möhren, Blumenkohl, Broccoli) in Tomatensauce		Kartoffel-Spinatauflauf		vegetarisches Gyros (Soja)		gebackene Kartoffeln in Schale		Blumenkohl-Käsebratling		
					Tzaziki				Kräuterdip		
	Salzkartoffeln		Möhrensalat (Öl&Essig)		Vollkornreis		Sauerrahmdip		Bratkartoffeln		
					Blattsalat		Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		
<u>Menü 3</u>	Vollkorn Penne		Orecchiette (Ohren Nudeln)		Bio Spaghetti		Tortellini (Spinat-Ricotta)		Farfalle		
	Tomatenrahmsauce				gelbe Zucchinisauce		Tomatensauce		helle Kürbissauce		
	geriebener Hartkäse		Broccolisauce		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
	weißer Riesenbohnsensalat (Öl&Essig)		Möhrensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat		
Dessert	Obst/Gemüesticks		Grießpudding		Obst/Gemüesticks		Obst/Gemüesticks		Obst/Gemüesticks		
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>					Americandressing			Americandressing			
					Italiandressing			Italiandressing			
					Joghurtdressing			Joghurtdressing			
<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		

Sauerkraut wird durch die sogenannte 'Fermentation' haltbar gemacht. Dabei wandeln Mikroorganismen, wie z.B. Milchsäurebakterien, Zucker in Säuren um.

 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 DE-ÖKO-006		
46. KW	10.11.2025	Anzahlkomponenten	11.11.2025	Anzahlkomponenten	12.11.2025	Anzahlkomponenten	13.11.2025	Anzahlkomponenten	14.11.2025	Anzahlkomponenten	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
Menü I	 Geflügel Leberkäse  (Truthahn)		 Schnibbelbohneintopf  (grüne Bohnen, Kartoffeln, Sellerie)		 mini Kartoffelklößchen 		 Blumenkohl im Backteig 		 Wildlachsragout  in heller Sauce		
	Bratensauce				Bratensauce (vegetarisch) 		Bio 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						
	Kartoffelpüree		Penne		Reis		heiße Kirschen		Sahne-Gurkensalat		
	Sauerkraut		Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Blumenkohlgemüse		Zimt & Zucker				
Menü 3			 Fusilli 		 grüne Bandnudeln 		 Tortellini  (Ricotta-Spinat)		 Vollkorn Penne 		
			Käsesauce		Pestosauce		Tomatensauce		Basilikumsauce		
			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
			Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat		Sahne-Gurkensalat		
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Apfel-Zimtquark		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		
Salatsauce Auswahl					Balsamicodressing		Balsamicodressing				
					Frenchdressing		Frenchdressing				
					Joghurdressing		Joghurdressing				
Sonderkost bitte hier eintragen!	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		
	Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		

Thymian ist nicht nur aromatisch. Es wurde früher auch von Rittern verwendet, um ihnen Mut und Stärke im Kampf zu verleihen.

 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		
47. KW	17.11.2025	Anzahlkomponenten nein	18.11.2025	Anzahlkomponenten nein	19.11.2025	Anzahlkomponenten nein	20.11.2025	Anzahlkomponenten nein	21.11.2025	Anzahlkomponenten nein	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
<u>Menü I</u>	 Hähnchensteak 		 Erbseeneintopf (Kartoffeln, Möhren, Sellerie) 		 Kartoffelgratin		 Broccoli-Vollkornnudel-Auflauf		 panierte Meeresfiguren (Seelachs) 		
	Thymiansauce				 vegetarische Thymiansauce				Remouladensauce		
	gebratene Kartoffeln		Fladenbrot		 Blumenkohlgemüse		Blattsalat		Salzkartoffeln		
	Rote- Bete- Salat (Öl&Essig)		Graubrot						Rahmspinat		
<u>Menü II Vegetarisch</u>	 vegetarisches Schnitzel (Milch, Ei, Weizen) 		 Bio Spinatknödel		 Gemüsemaultaschen (Kartoffeln, Karotten, Spinat)		 Broccoli-Nußbecke 		 Eieromlette		
	Thymiansauce (vegetarisch)				 helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Möhre)		Tomatensauce		Salzkartoffeln		
	gebratene Kartoffeln		Käsesauce		Blattsalat		Vollkornreis		Rahmspinat		
	Rote- Bete- Salat (Öl&Essig)		Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)				Blattsalat				
<u>Menü 3</u>	 Penne		 Tortellini (Käse)		 feine Bandnudeln 		 Vollkorn Spaghetti		 Farfalle		
	Tomatenrahmsauce		Spinatsauce		Champignonrahmsauce		helle Kräutersauce		gelbe Zuchinisauc		
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
	Rote- Bete- Salat (Öl&Essig)		Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat		Blattsalat		
Dessert	 Obst/Gemügesticks		 Obst/Gemügesticks		 Obst/Gemügesticks		 Milchreis		 Obst/Gemügesticks		
<u>Salatsauce Auswahl</u>					Americandressing		Americandressing		Americandressing		
					Italiandressing		Italiandressing		Italiandressing		
					Joghurtdressing		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		

Spätzle sind traditionelle deutsche Teigwaren. Sie werden oft in der schwäbischen und badischen Küche gekocht. Sie bestehen aus Mehl, Ei, Wasser und Salz.

 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	 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  Bio nach DIN 10096 DE-ÖKO-006
	48. KW	24.11.2025	25.11.2025	26.11.2025	27.11.2025	28.11.2025
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Menü I	gebratene Spätzle 	 roter Kichererbseneintopf (Tomate, Karotte, Blumenkohl, Erbsen)	 Hähnchen Nuggets 	 gebratene Reispfanne (Paprika, Sojasprossen, Weißkohl, Ei)	 gebratenes Wildlachsfilet 	
	helle Paprikasauce 					helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Karotte)
	Maisgemüse 					Vollkornreis
						grüner Bohnensalat (Öl&Essig)
Menü II Vegetarisch	 Linsenbällchen 	 gebackene Kartoffeltaschen (Broccoli-Frischkäsefüllung)	 Broccoli Nuggets 	 Tortellinauflauf  (Käsefüllung) mit Erbsen in heller Sauce	 Gemüseragout  (Broccoli, Möhren, Blumenkohl)	
	Currydip					Vollkornreis
	Reis					
	Rotkohlsalat (Öl&Essig)					
Menü 3	BIO Penne 	 Maccaroni	 grüne Bandnudeln	 Farfalle	 Vollkorn Spaghetti	
	Käsesauce					Linsenragout
	geriebener Hartkäse					geriebener Hartkäse
	Rotkohlsalat (Öl&Essig)					grüner Bohnensalat (Öl&Essig)
Dessert	 Obst/Gemüsesticks	 Obst/Gemüsesticks	 Obst/Gemüsesticks	 Karamellpudding	 Obst/Gemüsesticks	
Salatsauce Auswahl				Americandressing		
				Italiandressing		
				Joghurt dressing		
Sonderkost bitte hier eintragen!	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	Laktosefrei	
	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	Glutenfrei	
	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	Histaminfrei	
	Milchweißfrei	Milchweißfrei	Milchweißfrei	Milchweißfrei	Milchweißfrei	
	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	Essen ohne Ei	