

Speiseplan 10. Januar - 4. Februar 2022



Mo

Di

Mi

Do

Fr

	10. Januar	11. Januar	12. Januar	13. Januar	14. Januar
Menü I (Vollwertig)	Spiral-Nudeln (Vollkorn) mit Tomaten-Paprika-Soße V a1, f, g, i	Gemüse-Bratlinge (Kartoffeln, Erbsen, Karotten) mit Kräuter-Dip V a1, c, f, g, i	Eier-Nudeln (Volle, Vollkorn) mit Gemüsewürfel V a1, c, g	Gulasch (Rindfleisch, Paprika, Zwiebel) mit Spätzle a1, c, g, i	Lachslasagne (Nudelgericht) mit Lachswürfel, Spinat und Mozzarella a1, d, f, g, i
Menü II (Vegetarisch)	Linseneintopf mit Vollkornbrötchen V a1, a2, f, i	Schupfnudeln (Kartoffelgericht) mit Schmelz & Kompott (Apfel, Birne) V a1, a2, c, t	Pizza Margherita (Tomaten, Mozzarella) V a1, f, g, i	Gemüse-Bulgur (Paprika, Lauch, Mais, Karotten, Erdnüsse) Joghurt-Dip V a1, e, f, g, i	Champignon-Ragout mit Makkaroni V a1, f, g, i
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Vorspeise	<i>Endiviensalat / Knoblauchdressing</i> V f, i, j	<i>Cole Slaw</i> V g	<i>Lauchcremesuppe</i> V a1, f, g, i	<i>Blattsalat mit Karottenstreifen / Dressing</i> V f, i, j	<i>Kartoffelsuppe</i> V f, i
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Schoko-Croissant</i> V a1, g	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Windbeutel</i> V a1, c, g	<i>Obst der Saison</i> V

	17. Januar	18. Januar	19. Januar	20. Januar	21. Januar
Menü I (Vollwertig)	Ravioli (Nudeltaschen mit Spinat und Ricotta gefüllt) mit Tomatensoße V a1, f, g, i	Gemüse-Curry mit Reis (Vollkorn, Kichererbsen, Kohl, Blattspinat, Karotten, Kokosmilch) V a1, f, g, i, s	Hühner-Frikassee (Hähnchen, Erbsen, Zwiebel, Spargel) in heller Soße mit Reis (Vollkorn) a1, g	Lachsfilet mit Schwenkgemüse (Karotten, Kohlrabi, Erbsen) und Spinalnudeln (Vollkorn) a1, d, g	Gyros mit Zwiebeln, Gemüse-Reis (Sellerie, Lauch, Tomate), Knoblauch-Dip V f, g, i, j
Menü II (Vegetarisch)	Kartoffelpuffer mit Apfelmus V a1, c	Kartoffel-Tortilla mit Ei, Tomaten, Paprika, Zucchini V c, g	Chili sin Carne mit Fladenbrot V a1, f, i	Milchreis mit Zimt und Zucker V g	Gefüllte Zucchini mit Kartoffeln und Tomatensoße V f, g, i
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Vorspeise	<i>Chinakohl mit Joghurt-Dressing</i> V f, g, i, j	<i>Erbsen-Cremesuppe</i> V a1, f, g, i	<i>Tomatensalat</i> V f, i, j	<i>Broccoli-Cremesuppe</i> V a1, f, g, i	<i>Karottensalat</i> V i, j
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Apfel-Streusel-Kuchen</i> V a1, c, g	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Butterkeks-Creme</i> V a1, g	<i>Obst der Saison</i> V

	24. Januar	25. Januar	26. Januar	27. Januar	28. Januar
Menü I (Vollwertig)	Tortellini (Nudeln, gefüllt mit Spinat und Ricotta) Käse-Sahne-Soße V a1, c, f, g, i	Putenspieß in Erdnusssoße mit Reis (Vollkorn), Gemüsestreifen (Sellerie, Lauch, Karotte) e, g	Gefüllte Paprika (mit Bulgur) Kartoffeln, Tomatensoße V a1, f, g, i	Fischstäbchen (Seelachs) mit Rosmarinkartoffel und Remoulade a1, c, d, f, g, j	Frühlingsrolle mit WOK-Gemüse, Sweet-Chilisoße V a1, f, i, k
Menü II (Vegetarisch)	Gnocchi (Kartoffelknocken) mit Sahnesoße und Spinat V a1, c, f, g, i	Gemüse-Roulade (Weißkraut, Karotten, Lauch, Sellerie) mit Kartoffeln und Rahmsoße V a1, f, g, i	Vollkorn-Penne mit grünen Erbsen, Bohnen und Pesto V a1, g, h4	Kartoffel-Pilz-Topf (Champignons, Tomatenwürfel, Lauch) mit Käse überbacken V g	Gemüsebällchen mit Erbsenstampf, Rahmsoße V a1, c, f, g, i
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Vorspeise	<i>Champignon-Cremesuppe</i> V a1, f, g, i	<i>Endiviensalat / mit Knoblauchdressing</i> V f, i, j	<i>Gemüsebrühe (Karotten, Lauch, Sellerie) mit Pfannkuchenstreifen</i> V a1, c, f, g, i	<i>Maissalat</i> V i, j	<i>Gurkensticks mit Quark</i> V g
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Fruchtjoghurt</i> V g	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Schokoladenpudding</i> V g	<i>Obst der Saison</i> V

	31. Januar	1. Februar	2. Februar	3. Februar	4. Februar
Menü I (Vollwertig)	Schnitzel mit Rotkohl, Kartoffelstampf V a1, c, g	Käsespätzle (Gouda u. Emmentaler) mit Röstzwiebeln V a1, c, f, g, i	Gemüse Cous Cous (Erbsen, Karotten, Paprika) mit Minzjoghurt V a1, f, g, i, s	Kebab (Döner Art) mit Hühnchen, Tomatenreis, Eisbergsalat, Chinakohl und Knoblauch-Dip V g	Lachswürfel mit Bandnudeln und Curry-Sahne-Soße a1, d, g
Menü II (Vegetarisch)	Spaghetti (Vollkorn) und Tomaten-Käse-Soße V a1, f, g, i	Bunte Schupfnudeln (Kartoffelgericht) mit Karotten, Brokkoli und Blumenkohl V a1, c	Backkäse (Käsezubereitung paniert) mit gebratenem Gemüse (Paprika, Zucchini) und Fladenbrot V a1, g	Ratatouille (Gemüse aus Paprika, Aubergine, Zucchini) mit Kartoffelschiffchen V i, f	Rote Linsenbolognese mit Vollkorn-Penne V a1, f, g, i, h4
Menü III	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller	Bunter Salatteller
Vorspeise	<i>Bauernsalat (Paprika, Tomate, Gurke, Oliven, Feta ...)</i> V f, g, i, j, k	<i>Gurkensalat</i> V g, j	<i>Mixsalat/ Hausdressing</i> V f, i, j	<i>Kürbis-Cremesuppe</i> V a1, f, g, i	<i>Rote-Bete-Salat</i> V i, j
Nachspeise	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Schoko-Kirsch-Streusel</i> V a1, c, g	<i>Obst der Saison</i> V	<i>Vanille-Pudding</i> V g	<i>Obst der Saison</i> V

Änderungen vorbehalten!

Allergene

a = Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
a1 = enthält Weizen wie Dinkel, Khorasan-Weizen,
a2 = enthält Roggen,
a3 = enthält Gerste,
a4 = enthält Hafer*
b = enthält Krebstiere*,
c = enthält Eier*,
d = enthält Fisch*,
e = enthält Erdnuss*,
f = enthält Soja*,
g = enthält Milch*,
h = Schalenfrüchte
h1 = enthält Mandeln*,
h2 = enthält Haselnüsse*,
h3 = enthält Walnüsse*,
h4 = enthält Kaschunüsse*,
h5 = enthält Pecannüsse*,
h6 = enthält Paranüsse*,
h7 = enthält Pistazien*,
h8 = enthält Macadamia- oder Queenslandnüsse*
i = enthält Sellerie*,
j = enthält Senf*,
k = enthält Sesamsamen*,
l = enthält Schwefeldioxid/Sulfite,
m = enthält Lupinen*,
n = enthält Weichtiere*

Zusatzstoffe

1) mit Farbstoff
2) mit Konservierungsstoff
3) mit Antioxidationsmittel
4) mit Geschmacksverstärkern
5) geschwefelt
6) geschwärzt
7) gewachst
8) mit Phosphat
9) mit Süßungsmitteln
10) enthält eine Phenylalaninquelle
11) ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
12) konserviert mit Thiabendazol

Essensrettung

Wir tragen dazu bei, dass Lebensmittel vor dem Verfall gerettet werden und nicht im Müll landen. Voraussetzung dafür ist eine vorausschauende Bestellung der Menüs durch unsere "Kunden", die Planungssicherheit, damit auch zu nachhaltigen Wareneinkauf und Essenproduktion garantiert. Darüber hinaus geben wir bereitgestellte, aber nicht abgeholte Speisen an soziale Einrichtungen ab.



Zertifizierungen

Die Menülinien 1 und 2 unserer Mittagsverpflegung haben eine DGE-Zertifizierung erhalten und wurden mit dem nebenstehenden Logo ausgezeichnet. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“, die als vollwertiges Angebot Leistung und Wohlbefinden fördern soll. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft. Durch jährliche Audits wird die Qualität langfristig gesichert.

Die Speisen enthalten kein Schweinefleisch - ebenso werden in der Herstellung keine aus Schwein erzeugten Produkte verwendet. Die Fleischarten sind, wo Teil des Menüs, dort angegeben. Sonstige Menüs sind vegetarisch (diese mit einem hellgrünen, vegane Speisen mit einem dunkelgrünen V gekennzeichnet).

Wir achten auf den Einsatz regionaler und saisonaler Produkte, als auch zahlreicher BIO-Erzeugnisse, die den Anforderungen der EG-Öko-VO entsprechen. Die Auflistung der Zutaten in Bio-Qualität finden Sie im Internet unter www.tastentext.de/files/bio



DE-ÖKO-007

