

## SPEISEPLAN Januar 2020

### Donnerstag den 02.01.

#### Menü 1:

Hähnchenbrust mit Champignonsauce, dazu bunte Bio-Spirelli und Salat mit Himbeerdressing

#### Menü 2:

Brokkolicremesuppe mit Vollkornbaguette (100% Bio) 

### Freitag den 03.01.

#### Menü 1:

Gebackenes Seelachsfilet mit Remouladensauce, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat <sup>2, 9</sup> 

#### Menü 2:

Asiatische Gemüsepfanne (Chinakohl, Karotten, Paprika), dazu Bio-Basmatireis <sup>1, 2, 3</sup>

### Montag den 06.01.

#### Menü 1:

Gulasch vom Rind mit grünen Bohnen, dazu Bio-Reis <sup>1, 5, 8</sup>

#### Menü 2:

Brokkoli-Blumenkohl-Rahmgemüse mit kleinen Kartoffeln (100% Bio) <sup>3</sup> 

### Dienstag den 07.01.

#### Menü 1:

Cordon bleu vom Hähnchen mit Putenschinken und Käse gefüllt, dazu dunkle Bratensauce, Spätzle und Salat mit Kräuter-Basilikum-Dressing <sup>1, 2, 3, 5, 8</sup>

#### Menü 2:

Vegan - Tortelloni mit Gemüse (Spinat, Karotten, Sellerie)-Füllung mit Tomatensauce und Knabbermöhren 

### Mittwoch den 08.01.

#### Menü 1:

Haschee (Rind) mit Bio-Vollkornspirelli, dazu Knabbergurken <sup>1, 5</sup> 

#### Menü 2:

Zwei Gemüseknödel mit Käsesauce, dazu Salat mit Himbeerdressing

 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und die Verpflegung Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell nicht von der DGE zertifiziert.

#### Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:

1 mit Farbstoff	5 geschwefelt	9 mit Süßungsmittel
2 mit Konservierungsstoff	6 geschwärzt	10 enthält eine Phenylalaninquelle
3 mit Antioxidationsmittel	7 gewachst	11 mit Milcheiweiß
4 mit Geschmacksverstärker	8 mit Phosphat	



**Donnerstag den 09.01.**

**Menü 1:**

Überbackener Lachs-Kartoffelauflauf, dazu Salat mit Joghurtdressing 😊

**Menü 2:**

Sojaschnitzel mit Rahmsauce, dazu Spätzle und Möhengemüse <sup>1, 5</sup>

**Freitag den 10.01.**

**Menü 1:**

Frikadelle (Geflügel) mit Paprikasauce, dazu Weizen-Ebly und Karottensalat <sup>1, 3, 5</sup> 😊

**Menü 2:**

Penne mit Brokkoli-Sahne-Sauce, dazu geriebener Käse (100% Bio) 

**Montag den 13.01.**

**Menü 1:**

Drei Cevapcici (Rind) mit Bio-Gemüse-Couscous (Karotten, Paprika, Sellerie),  
dazu Tomaten-Joghurt-Dip <sup>3</sup> 😊

**Menü 2:**

Gnocchi mit Bio-Kürbissahnesauce, dazu Reibekäse <sup>3</sup>

**Dienstag den 14.01.**

**Menü 1:**

Hähnchenbrustfilet mit Geflügeljus, dazu Erbsengemüse und Bio-Vollkornreis <sup>1, 5</sup> 😊

**Menü 2:**

Gemüsegulasch (Karotten, Brokkoli, Blumenkohl) mit Salzkartoffeln (100 % Bio) <sup>3</sup> 

**Mittwoch den 15.01.**

**Menü 1:**

Geflügelfleischrolle mit Rahmsauce, dazu Bio-Reis und Möhengemüse <sup>1, 5</sup>

**Menü 2:**

Nudel-Spinat-Auflauf, dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100% Bio) 

😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und die Verpflegung Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell nicht von der DGE zertifiziert.

**Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:**

1 mit Farbstoff	5 geschwefelt	9 mit Süßungsmittel
2 mit Konservierungsstoff	6 geschwärzt	10 enthält eine Phenylalaninquelle
3 mit Antioxidationsmittel	7 gewachst	11 mit Milcheiweiß
4 mit Geschmacksverstärker	8 mit Phosphat	



**Donnerstag den 16.01.**

**Menü 1:**

Gebackenes Seehechtfilet mit Cocktailsauce, dazu kleine Bio-Kartoffeln und Salat mit Kräuter-Basilikum-Dressing<sup>3</sup> 😊

**Menü 2:**

Bio-Milchreis mit roter Grütze (Kirschen, Johannisbeeren, Erdbeeren), dazu Zimt und Zucker

**Freitag den 17.01.**

**Menü 1:**

Bio-Spaghetti mit Carbonarasauce (Pute), dazu Parmesan und Salat mit Balsamicodressing<sup>1, 2, 3</sup> 😊

**Menü 2:**

Vegetarisch gefüllte Cannelloni (Tomate, Karotte, Zucchini, Soja) mit Möhrenbolognese und Mozzarella überbacken

**Montag den 20.01.**

**Menü 1:**

Hähnchengulasch mit bunten Bio-Spirelli, dazu Erbsengemüse 😊

**Menü 2:**

Drei Gemüsereibekuchen (Kartoffeln, Zucchini, Möhren), dazu Kräuterquark und Knabbergurken

**Dienstag den 21.01.**

**Menü 1:**

Chili con Carne (Kidneybohnen, Mais, Paprika) vom Rind mit Saurer Sahne und Bio-Vollkornbrot

**Menü 2:**

Zwei Blumenkohl-Käse-Taler mit Schnittlauchsauce, dazu kleine Bio-Kartoffeln und Salat mit Himbeerdressing<sup>3</sup> 😊

😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und die Verpflegung Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell nicht von der DGE zertifiziert.

**Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:**

1 mit Farbstoff	5 geschwefelt	9 mit Süßungsmittel
2 mit Konservierungsstoff	6 geschwärzt	10 enthält eine Phenylalaninquelle
3 mit Antioxidationsmittel	7 gewachst	11 mit Milcheiweiß
4 mit Geschmacksverstärker	8 mit Phosphat	



Zertifiziert durch  
DE-ÖKO-039



**Mittwoch den 22.01.**

**Menü 1:**

Fleischkäse (Geflügel) mit Ketchup,  
dazu Blumenkohl-Kartoffelpüree und Bio-Knabbermöhren <sup>2, 3, 8</sup>

**Menü 2:**

Gemüsecurry (Karotten, Zucchini, Paprika) in Kokossauce  
mit Basmatireis (100% Bio) <sup>3</sup> 

**Donnerstag den 23.01.**

**Menü 1:**

Gebackenes Lachsfilet mit Remouladensauce, dazu Salzkartoffeln  
und Salat mit Mangodressing <sup>9</sup> 

**Menü 2:**

Raviolini (Käsefüllung) mit Basilikumpestosauce und Tomatensalat <sup>3</sup>

**Freitag den 24.01.**

**Menü 1:**

Rinderbraten mit dunkler Sauce, dazu Apfelrotkohl und zwei Kartoffelknödel <sup>1, 5</sup>

**Menü 2:**

Kürbiscrèmesuppe mit Vollkornbaguette (100% Bio) <sup>3</sup> 

**Montag den 27.01.**

**Menü 1:**

Italienisches Hühnerragout in Tomatensauce mit Zucchini, dazu grüne Tagliatelle 

**Menü 2:**

Eieromelette mit Bio-Rahmspinat, dazu kleine Bio-Kartoffeln <sup>3</sup>

**Dienstag den 28.01.**

**Menü 1:**

Kartoffelsuppe mit Putenwürstchen in Scheiben, dazu Bio-Vollkornbaguette <sup>2, 3, 5, 8</sup> 

**Menü 2:**

Bio-Rigatonelli mit Möhrenbolognese und Parmesan, dazu Salat mit Mango-Dressing <sup>2</sup>

 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und die Verpflegung Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell nicht von der DGE zertifiziert.

**Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:**

1 mit Farbstoff	5 geschwefelt	9 mit Süßungsmittel
2 mit Konservierungsstoff	6 geschwärzt	10 enthält eine Phenylalaninquelle
3 mit Antioxidationsmittel	7 gewachst	11 mit Milcheiweiß
4 mit Geschmacksverstärker	8 mit Phosphat	



Zertifiziert durch  
DE-ÖKO-039



**Mittwoch den 29.01.**

**Menü 1:**

Hamburger mit Burgerbrötchen, Frikadelle (Rind), Tomaten, Salat,  
Gurken und Burgersauce, dazu Kartoffelecken <sup>1, 2, 3, 5, 9</sup>

**Menü 2:**

Schupfnudelpfanne mit Wirsing und Möhren, dazu Salat mit Joghurtdressing 😊

**Donnerstag den 30.01.**

**Menü 1:**

Vegetarische Frühlingsrolle (Mungobohnen, Weißkohl, Lauch)  
mit süß-saurem Dip, dazu Bio-Basmatireis <sup>1, 2, 3</sup>

**Menü 2:**

Kartoffelgratin mit Grünkern und Brokkoli, dazu Knabber-Möhren (100% Bio) 😊 

**Freitag den 31.01.**

**Menü 1:**

Hokifischfilet "Müllerin Art" (in Mehl und Milch gewendet) mit Kräutersauce,  
dazu Bio-Dinkelreis und Knabbergurken <sup>3</sup> 😊

**Menü 2:**

Rigatonelli mit Tomatensauce und Reibekäse, dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100% Bio) 

😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und die Verpflegung Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell nicht von der DGE zertifiziert.

**Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:**

1 mit Farbstoff	5 geschwefelt	9 mit Süßungsmittel
2 mit Konservierungsstoff	6 geschwärzt	10 enthält eine Phenylalaninquelle
3 mit Antioxidationsmittel	7 gewachst	11 mit Milcheiweiß
4 mit Geschmacksverstärker	8 mit Phosphat	



Zertifiziert durch  
DE-ÖKO-039

