

KW 6	tägliche Auswahl	Vegetarisch	Vollwert	Vesper	E
Montag 03.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl Spinatcremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Möhreneintopf mit Grünkernschrot Gd,Sl,M,Mz Topping: Petersilie Vollkornbrötchen Gw,Gr Mandarine	Vesperbuffet Obst-/ Gemüsebuffet	
Dienstag 04.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl Kohlrabicremesuppe Gw,M,Mz Vollkorn-Brot		Hähnchenbrust Braune Soße Sl,Gw,M,Mz Kartoffeln Chicoree mit Apfel	Haferbrot Gw,Gr,Gh,* Pflanzenmargarine Zwergenwiese Sonnentomate Obst-/ Gemüsebuffet	
Mittwoch 05.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl Gemüsecremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Penne Gw Kürbis-Kokossoße Gw,M,Mz Topping: Kürbiskerne Apfel-Anis-Dickmilchdessert M,Mz	Laugenknoten Gw,Gg Obst-/ Gemüsebuffet	
Donnerstag 06.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl Indische Suppe mit Humus Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Rote Lachs Soße Fi,Gw,M,Mz Vollkorn-Reis Spinatsalat Balsamicodressing	Dinkel-Möhren Muffin Gd,M,Mz,EI Obst-/ Gemüsebuffet	
Freitag 07.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl Brokkolicremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot	Rosenkohl-Kartoffel-Gratin Gw,M,Mz,Ei Möhrenrohkost mit Sesamsaat		Snäckebröt Curry & Kürbiskern Gw,Gd,Gh,Se,M,Mz,* Kräuter-Gemüse-Quark M,Mz Obst-/ Gemüsebuffet	



Fasching

Aschermittwoch ist der erste Tag der Fastenzeit, die bis Ostern andauert. Ursprünglich war es nur der Abend vor Aschermittwoch, die "Fastnacht", die mit einem großen Festessen begangen wurde. "Fasching" ist abgeleitet aus dem mittelhochdeutschen "Vastschanc" und steht für den Ausschank des Fastentrunks.

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen, bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

Schweinefleisch

Rindfleisch

Heide-Geflügelfleisch (Huhn/Pute)

Lamm

zusätzlich kennzeichnen wir:

Speck/Schinken

Fisch

vegane Rezeptur

Kennzeichnung gem. EU-Lebensmittelinformations-Verordnung 1169/2011 (LMIV)

G = Glutenhaltiges Getreide (Gw-Weizen, Gr-Roggen, Gg-Gerste, Gh-Hafer, Gd-Dinkel, Gk-Kamut oder Hybridstämme davon) K = Krebstiere Ei = Eier Fi = Fisch
En= Erdnüsse So = Soja M = Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß) Mz = Milchezucker, Laktose W = Weichtiere
N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)
Sl = Sellerie Sf = Senf Se = Sesamsamen Sw = Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l Lu = Lupinen

Nährwertkennzeichnung:

Energiemenge pro Portion in kcal Fett (F) in Gramm gesättigte Fettsäuren (gFs) in Gramm Kohlenhydrate (KH) in Gramm Zucker (Zu) in Gramm
Proteinheiten in BE (12 g KH entspricht 1 BE) Eiweiß/Protein (EW) in Gramm Salz (S) in Gramm Wir verwenden jodiertes Speisesalz!

Kennzeichnung gem. Zusatzstoff-Zulassungsordnung vom 29.1.1998:

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker
5 = geschwefelt 6 = geschwärzt 7 = gewachst 8 = mit Phosphat
(+) mit Gelatine (*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!

KW 7	tägliche Auswahl	Vegetarisch	Vollwert	Vesper	F
Montag 10.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Tricolor-Nudeln Gw Pastinake-Frischkäse-Soße Gw,M,Mz Topping: Sonnenblumenkerne	Sonnenblumenbrot Gr,Gw,Gg Currystreich Rucola	
	Paprikacremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Banane	Obst-/ Gemüsebuffet	
Dienstag 11.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		gefüllte Paprikaschote mit Puten-Hack Gw, Ei, M,Mz Tomatensoße Gw,M,Mz Vollkorn-Reis	Uckermarker Gr,Gd,Gg Pflanzenmargarine Geflügellyoner	
	Brokkolisuppe Gw,M,Mz Vollkorn-Brot		Apfel	Obst-/ Gemüsebuffet	
Mittwoch 12.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Knusper-Seelachs mit Spinatfüllung Fi,Gw,M,Mz Currysoße Gw Kartoffelstampf M,Mz	Dinkel-Schokokekse Gd,M,Mz,Ei	
	Kohlrabiacremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Möhrenrohkost	Obst-/ Gemüsebuffet	
Donnerstag 13.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Gemüselasagne Gw,M,Mz,Ei,So (Möhre, Sellerie, Lauch)		Putenwiener 2,3 o. Tofuwienener So,Gw,Gh & Marcbrotchen Gr,Gw,Se	
	mediterane Suppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot	Apfel		Obst-/ Gemüsebuffet	
Freitag 14.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Kräuterquark M,Mz mit Leinöl Kartoffeln	Leinsamenbrot Gw,Gr,* Ei-Butter M,Mz,Ei	
	Käsesuppe mit Lauch Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Feldsalat mit Gerösteten Sonnenblumenkernen Balsamicodressing Sf	Obst-/ Gemüsebuffet	

Karneval

Karneval leitet sich von den Begriffen "Carne" (Fleisch) und "Levare" (Weglassen) her. Traditionell umfasste der Begriff Fleisch alle tierischen Produkte, besonders Eier, Schmalz und Butter. Kurz vor Beginn der 6-wöchigen Fastenzeit, waren besonders jene Gerichte gefragt, deren Zutaten in den darauf folgenden Wochen nicht gegessen werden sollten.



Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen, bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

Schweinefleisch

Rindfleisch

Heide-Geflügelfleisch (Huhn/Pute)

Lamm

zusätzlich kennzeichnen wir:

Speck/Schinken

Fisch

Garnele

vegane Rezeptur

Kennlichmachung gem. EU-Lebensmittelinformations-Verordnung 1169/2011 (LMIV)

G = Glutenhaltiges Getreide (Gw-Weizen, Gr-Roggen, Gg-Gerste, Gh-Hafer, Gd-Dinkel, Gk-Kamut oder Hybridstämme davon) K = Krebstiere Ei = Eier Fi = Fisch
 En= Erdnüsse So = Soja M = Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß) Mz = Milchezucker, Laktose W = Weichtiere
 N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)
 Sl = Sellerie Sf = Senf Se = Sesamsamen Sw = Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l Lu = Lupinen

Nährwertkennzeichnung:

Energiemenge pro Portion in kcal Fett (F) in Gramm gesättigte Fettsäuren (gFs) in Gramm Kohlenhydrate (KH) in Gramm Zucker (Zu) in Gramm
 Proteineinheiten in BE (12 g KH entspricht 1 BE) Eiweiß/Protein (EW) in Gramm Salz (S) in Gramm Wir verwenden jodiertes Speisesalz!

Kennlichmachung gem. Zusatzstoff-Zulassungsordnung vom 29.1.1998:

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker
 5 = geschwefelt 6 = geschwärzt 7 = gewachst 8 = mit Phosphat 9 = Süßungsmittel
 (+) mit Gelatine (*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!

KW 8	tägliche Auswahl	Vegetarisch	Vollwert	Vesper	G
Montag 17.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Tomatencremesüppchen Gw, M, Mz Vollkorn-Brot Gw, Gr	Vesperbuffet	
	Kürbiscremesuppe Gw,M,Mz Vollkorn-Brot		Süßer Couscous Gw, M, Mz Birken-Zimtkompott	Obst-/ Gemüsebuffet	
Dienstag 18.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Spätzle Gw Spinat-Hirtenkäse-Soße Gw, M, Mz		Paderborner Gr,Gd,Gg Pflanzenmargarine Kräuter-Frischkäse M,Mz	
	Möhren-Ingwersuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot	Zitrusfruchtsago		Obst-/ Gemüsebuffet	
Mittwoch 19.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Vollkornspirellis Gw Brokkoli M,Mz Frischkäsesoße Gw,M,Mz	Knusperillo Tomate Gw,So,M,Mz,Sl	
	mediterane Suppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Mandarine	Obst-/ Gemüsebuffet	
Donnerstag 20.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Themenessen Asiatisches Gericht	vegetarische Frühlingsrolle und asiatischer Gemüse-Nudelpfanne mit Hähnchen	Frankenlaib Gw,Gr,Gg Pflanzenmargarine Limetten-Frischkäse M,Mz	
	Brokkolicremesuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot			Obst-/ Gemüsebuffet	
Freitag 21.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Seelachswürfel in Pikanter Möhren-Currysoße Vollkorn-Reis	Bouletten Gw,Ei,Sf o. Gemüsefrikadelle Gw,Ei & Kürbiskernbrötchen Gw,Gg,M,Mz	
	Wildkräutersuppe Gw,M,Mz mit Vollkornbrot		Blattsalat mit Limettendressing	Obst-/ Gemüsebuffet	

Süßes Schmalzgebäck zum Fasching

Dieser Brauch führt bis ins Mittelalter zurück: Am „fetten“ oder „schmutzigen“ Donnerstag wurde das letzte Mal vor Beginn der Fastenzeit geschlachtet. Damit das gewonnene Fett nicht verdarb, kochten die Menschen besonders fetthaltige Mahlzeiten oder nutzten das Fett für die Zubereitung von Gebäck. Der Faschingssamstag trug den Namen „Schmalzsamstag“, da an diesem Tag eierreiche Teige in Schmalz ausgebacken wurden.

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen, bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)

 Schweinefleisch

 Rindfleisch

 Heide-Geflügelfleisch (Huhn/Pute)

 Lamm

zusätzlich kennzeichnen wir:

 Speck/Schinken

 Fisch

 vegane Rezeptur

Kennzeichnung gem. EU-Lebensmittelinformations-Verordnung 1169/2011 (LMIV)

G = Glutenhaltiges Getreide (Gw-Weizen, Gr-Roggen, Gg-Gerste, Gh-Hafer, Gd-Dinkel, Gk-Kamut oder Hybridstämme davon) K = Krebstiere Ei = Eier Fi = Fisch
En = Erdnüsse So = Soja M = Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß) Mz = Milchezucker, Laktose W = Weichtiere
N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)
Sl = Sellerie Sf = Senf Se = Sesamsamen Sw = Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l Lu = Lupinen

Nährwertkennzeichnung:

Energiemenge pro Portion in kcal Fett (F) in Gramm gesättigte Fettsäuren (gFs) in Gramm Kohlenhydrate (KH) in Gramm Zucker (Zu) in Gramm
Proteinheiten in BE (12 g KH entspricht 1 BE) Eiweiß/Protein (EW) in Gramm Salz (S) in Gramm Wir verwenden jodiertes Speisesalz!

Kennzeichnung gem. Zusatzstoff-Zulassungsordnung vom 29.1.1998:

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker
5 = geschwefelt 6 = geschwärzt 7 = gewachst 8 = mit Phosphat
(+) mit Gelatine (*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!

KW 9	tägliche Auswahl	Vegetarisch	Vollwert	Vesper	H
Montag 24.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Vollkorn-Nudeln Gw Tomatensoße Gw, M, Mz Wirsing M, Mz	Vesperbuffet	
	Möhrencremesuppe mit Vollkornbrot		Mandarine	Obst-/ Gemüsebuffet	
Dienstag 25.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl		Geflügelbratwurst Braune Soße Gw,M,Mz,Sf Kartoffeln	Kürbiskernbrot Gw,Gr Pflanzenmargarine Gouda M	
	Erbsencremesuppe mit Vollkornbrot		Ruccolasalat Balsamicodressing Sf 	Obst-/ Gemüsebuffet	
Mittwoch 26.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Gemüsecremesüppchen Sl, Gw, M, Mz (Erbsen, Möhre, Blumenkohl, Bohne) Vollkorn-Brot Gw, Gr		Bananenbrot Gw,Ei,M,Mz	
	Brokkoli-Suppe Vollkorn-Brot	Kartoffelpuffer mit Apfel-Zimt-Mus		Obst-/ Gemüsebuffet	
Donnerstag 27.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Grillkäse M, Mz, Gw, Gr, Gg Paprikasoße Gw ,M ,Mz Vollkorn-Spirellis		Laugenknoten Gw,Gr	
	Tomatensuppe mit Vollkornbrot	Hirse-Zitrus Dessert M, Mz		Obst-/ Gemüsebuffet	
Freitag 28.02.20	Salatbuffet mit Dressingauswahl	Wirsing-Kürbiskern-Kartoffel-Gratin Ei, Gw, M, Mz		Dinkel Grissini Gd,Se	
	Paprikacremesuppe mit Vollkornbrot	Feldsalat Balsamicodressing Sf		Obst-/ Gemüsebuffet	

Berliner Pfannkuchen



Einer populären Legende nach wurden Berliner Pfannkuchen im Jahr 1756 von einem Berliner Zuckerbäcker "erfunden", der als Kanonier unter Friedrich dem Großen dienen wollte. Er blieb als Feldbäcker beim Regiment und schuf die ersten runden Hefeteigstücke die an Kanonenkugeln erinnern. Diese wurden, da kein Backofen zur Verfügung stand, über offenem Feuer in mit heißem Fett gefüllten Pfannen gebacken. Die heutigen Füllungen des Berliner Pfannkuchens sind regional unterschiedlich. Neben Konfitüre (im Norden aus roten Früchten, in Süddeutschland aus Marillen) wird in Ostdeutschland vorwiegend Pflaumenmus, in Baden, Schwaben und Franken Hagebuttenmark verwendet.

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor!

Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen außer Zartweizen, bei Margarine sowie Milch und Milchprodukten außer Parmesan. Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.)



Schweinefleisch



Rindfleisch



Heide-Geflügelfleisch (Huhn/Pute)



Lamm

zusätzlich kennzeichnen wir:



Speck/Schinken



Fisch



vegane Rezeptur

Kennzeichnung gem. EU-Lebensmittelinformations-Verordnung 1169/2011 (LMIV)

G = Glutenhaltiges Getreide (Gw-Weizen, Gr-Roggen, Gg-Gerste, Gh-Hafer, Gd-Dinkel, Gk-Kamut oder Hybridstämme davon) K = Krebstiere Ei = Eier Fi = Fisch
 En= Erdnüsse So = Soja M = Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß) Mz = Milchezucker, Laktose W = Weichtiere
 N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)
 Sl = Sellerie Sf = Senf Se = Sesamsamen Sw = Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l Lu = Lupinen

Nährwertkennzeichnung:

Energiemenge pro Portion in kcal Fett (F) in Gramm gesättigte Fettsäuren (gFs) in Gramm Kohlenhydrate (KH) in Gramm Zucker (Zu) in Gramm
 Proteinheiten in BE (12 g KH entspricht 1 BE) Eiweiß/Protein (EW) in Gramm Salz (S) in Gramm Wir verwenden jodiertes Speisesalz!

Kennzeichnung gem. Zusatzstoff-Zulassungsordnung vom 29.1.1998:

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker
 5 = geschwefelt 6 = geschwärzt 7 = gewachst 8 = mit Phosphat
 (+) mit Gelatine (*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!