

KW 6	Vegetarisch	Vollwert	Vollkost	E
<b>Montag</b> 03.02.20	Soja-Grüne Bohnen-Pfanne So mit Tomatensoße Gw Vollkorn-Reis  Orange	Möhreneintopf mit Grünkernschrot Gd,Sl,M,Mz Topping: Petersilie Vollkornbrötchen Gw,Gr  Mandarine	Gnocchis Gw,M,Mz Carbonarasoße Gw,M,Mz,2,3,8  gemischter Salat (mit schwarzen Oliven & Parmesan M,6)	
<b>Dienstag</b> 04.02.20	Wurzelgemüse-Spitzkohlrabmgemüse Gw Zartweizen Gw  Banane	Hähnchenbrust Braune Soße Sl,Gw,M,Mz Kartoffeln  Chicoree mit Apfel	Wirsingentopf mit Kartoffeln & Speck 2,3,8,Gw,M,Mz Brot Gw,Gr  Zitrusfrucht-Ricotta M,Mz	
<b>Mittwoch</b> 05.02.20	Spinat-Dinkel-Plätzchen Gw,Ei,M,Mz Paprikasoße M,Mz, Gw Bulgur Gw  Blattsalat mit Mango-Joghurtdressing Sf,M,Mz	Penne Gw Kürbis-Kokossoße Gw,M,Mz Topping: Kürbiskerne  Apfel-Anis-Dickmilchdessert M,Mz	gebratener Kabeljau Fi,Gw Kräutersoße Gw,M,Mz pikanter Couscous Gw  gemischte Weißkohlrkost	
<b>Donnerstag</b> 06.02.20	Weißer Bohnen-Eintopf Sl Vollkorn-Brot Gw,Gr  Zitronenquark M,Mz	Rote Lachs Soße Fi,Gw,M,Mz Vollkorn-Reis  Spinatsalat Balsamicodressing	Blutwurst Gw,M,Mz,2,3,8 Sauerkraut M,Mz,2,3,8 und Kartoffeln	
<b>Freitag</b> 07.02.20	Rosenkohl-Kartoffel-Gratin Gw,M,Mz,Ei  Möhrenrohkost mit Sesamsaat	Gemüsefrikadelle Gw,Ei Blumenkohlsoße Gw,M,Mz Zartweizen Gw  Kiwi	gebackener Seehecht Fi,Ei,Gw Ratatouillegemüse (Zucchini, Aubergine, Paprikaschote) Reis	



## Wir wünschen einen guten Appetit!

Bei Anregungen, Wünschen oder Fragen sprechen Sie uns bitte an - Ihr Löwenzahn-Team!

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

### Kenntlichmachung 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!

### Kenntlichmachung 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	Vegetarisch	Vollwert	Vollkost	F
Montag 10.02.20	Bulgurpfanne mit Gemüse & Kidneybohnen Gw,M,Mz (Möhre, Blumenkohl, Brokkoli) Kräuter-Joghurt-Dip M,Mz Pflaume	Tricolor-Nudeln Gw Pastinake-Frischkäse-Soße Gw,M,Mz Topping: Sonnenblumenkerne Banane	Boulette Gw,Ei,Sf,So Kräuterkohlrabi Gw,M,Mz,SI Kartoffeln	
	Kichererbseneintopf SI Vollkorn-Brot Gw,Gr Apfel-Quitten-Joghurt M,Mz	gefüllte Paprikaschote mit Puten-Hack Gw, Ei, M,Mz Tomatensoße Gw,M,Mz Vollkorn-Reis Apfel	Blattspinat-Lasagne mit Wildlachs Fi,M,Mz,Gw	
Mittwoch 12.02.20	Sesam-Karotten-Stick Gw,Se,SI,So Zwiebel-Kräutersoße Gw,M,Mz Kartoffelstampf M,Mz Blumenkohlrhokost	Knusper-Seelachs mit Spinatfüllung Fi,Gw,M,Mz Currysoße Gw Zartweizen Gw Möhrenrhokost	Kräutercremesuppe Gw,M,Mz Brot Gw,Gr Kaiserschmarrn Gw,M,Mz,Ei,Nm Pflaumenkompott	
	Gemüselasagne Gw,M,Mz,Ei,So (Möhre, Sellerie, Lauch) Apfel	Wurzelgemüse mit Hirse SI Vollkornbrötchen Gw,Gr Vanillepudding M,Mz	geschmorter Schweinenacken SI,Sf Bratensoße Gw,M,Mz,Sf rustikale Möhrensticks M,Mz Kartoffelklöße Sw,2,3,5	
Donnerstag 13.02.20	Grünkern-Spinat-Schnitte Gw,Gd,Ei Rote-Bete-Samtsoße M,Mz,Gw Vollkorn-Reis Bunter Blattsalat mit Schnittlauchdressing Sf	Kräuterquark M,Mz mit Leinöl Kartoffeln Feldsalat mit Gerösteten Sonnenblumenkernen Balsamicodressing Sf	Penne Gw mit Garnelen, Paprika & Rucola K (mit Knoblauch) Spitzkohlrhokost	



## Wir wünschen einen guten Appetit!

Bei Anregungen, Wünschen oder Fragen sprechen Sie uns bitte an - Ihr Löwenzahn-Team!

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 Garnele  
N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)  
SI = 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 9 = mit Süßungsmitteln  
(+) mit Gelatine (\*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!

KW 8	Vegetarisch	Vollwert	Vollkost	G
<b>Montag</b> 17.02.20	Kürbis-Kokos-rote Linsen-Eintopf Topping: Kürbiskerne Vollkorn-Brot Gw, Gr  Mandarine	Tomatencremesüppchen Gw, M, Mz Vollkorn-Brot Gw, Gr  Süßer Couscous Gw, M, Mz Birnen-Zimtkompott	Weißkohl-Hackfleisch-Pfanne Gw, M, Mz Kartoffeln 	
<b>Dienstag</b> 18.02.20	Spätzle Gw Spinat-Hirtenkäse-Soße Gw, M, Mz  Zitrusfruchtsago	gekochtes Ei Ei in milder Senfsoße Gw, M, Mz, Sf Kartoffelstampf M, Mz  Rote Bete-Apfel-Rohkost	Seelachsfriskassee indischer Art Fi, Gw, Nm, M, Mz, Se Wildreismischung  Rucola & Radicchio mit Himbeerdressing Sf 	
<b>Mittwoch</b> 19.02.20	vegetarische Klöße Gw, So, Ei, Sl in Kapernsoße Gw, M, Mz Reis  Feldsalat mit Kürbiskernen Balsamicodressing Sf	Vollkornspirellis Gw Brokkoli M, Mz Frischkäsesoße Gw, M, Mz  Mandarine	Ragout vom Schwein Gw, M, Mz, Sf Brechbohnen M, Mz Kartoffelklöße Sw 	
<b>Donnerstag</b> 20.02.20	Kürbis-Chiasamen-Taler Tomatensoße Gw, M, Mz Couscous Gw  Kiwi	Hähnchenkeule Paprikasoße Gw Kartoffeln  Rotkohlrohkost 	gebratener Tofu in Crunchyhülle So, Gw, Ei, * Currychutney asiatische Gemüse-Reispfanne Gw, So	
<b>Freitag</b> 21.02.20	Bunter Vollkornnudelauf Gw, Ei, M, Mz (Möhren, Bohnen, Blumenkohl)  Chinakohl-Orange-Rohkost	Seelachswürfel in Pikanter Möhren-Currysoße Vollkorn-Reis  Blattsalat mit Limettendressing 	süß-saurer Linseneintopf mit Knacker Gw, M, Mz, Sl, Sf, So, 1, 2, 3, 4, 8 Brot Gw, Gr  Mangoflip M, Mz 	



## Wir wünschen einen guten Appetit!

Bei Anregungen, Wünschen oder Fragen sprechen Sie uns bitte an - Ihr Löwenzahn-Team!

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

### Kenntlichmachung 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/Milchweiß) 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!

### Kenntlichmachung 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	Vegetarisch	Vollwert	Vollkost	H
<b>Montag</b> 24.02.20	Gemüsestrudel Gw, Ei, M, Mz (Erbsen, Möhren, Bohnen) mit Rote Bete Soße Gw, M, Mz  Mandarine	Vollkorn-Nudeln Gw Gorgonzolasoße Gw, M, Mz Wirsing M, Mz  Mandarine	Weißer Bohneneintopf si mit Schweinebauch Brot Gw,Gr  Beeren-Tiramisu (alkoholfrei) Gw,M,Mz	
<b>Dienstag</b> 25.02.20	Falaffelbagel Gw Currysoße Gw, M, Mz Möhren-Vollkorn-Reis  Feldsalat Hagebutten-Dressing Sf	Geflügelbratwurst Braune Soße Gw,M,Mz,Sf Kartoffeln  Ruccolasalat Balsamicodressing Sf	Grüne Bandnudeln Gw mit Zucchini Rahmsoße Gw,M,Mz und Walnüssen Nw	
<b>Mittwoch</b> 26.02.20	Gemüsecremesüppchen Si, Gw, M, Mz (Erbse, Möhre, Blumenkohl, Bohne) Vollkorn-Brot Gw, Gr  Kartoffelpuffer mit Apfel-Zimt-Mus	Spinatbratling Gw,Gd,M,Mz,Ei,SI Tomaten-Ricotta-Soße Gw,M,Mz Zartweizen Gw  Apfel	Hackfleischlasagne Gw,Ei,M,Mz,SI  scharfe Weißkraut-Möhren Rohkost	 
<b>Donnerstag</b> 27.02.20	Grillkäse M, Mz, Gw, Gr, Gg Paprikasoße Gw ,M ,Mz Vollkorn-Spirellis  Hirse-Zitrus Dessert M, Mz	mediteranes Fischfilet Fi Möhren-Orangensoße Gw, M, Mz Gemüsebulgur mit Kidneybohnen Gw  Weißkohlrohkost	Frühlingsgemüse (Möhre, Bohne, Erbse) Granatapfeljus Herzoginkartoffeln M,Mz,Ei	
<b>Freitag</b> 28.02.20	Wirsing-Kürbiskern-Kartoffel-Gratin Ei, Gw, M, Mz  Feldsalat Balsamicodressing Sf	Rote-Linsen-Gemüse-Eintopf Si Vollkornbrötchen Gw,Gr  Schokopudding M,Mz	Spätzle Gw Lachsstreifen in Sahnesoße Fi,Gw,M,Mz  Rucola-Salat mit Cherrytomaten	



## Wir wünschen einen guten Appetit!

Bei Anregungen, Wünschen oder Fragen sprechen Sie uns bitte an - Ihr Löwenzahn-Team!

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

### 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/Milchweiß) Mz = Milchsüßholz, Laktose W = Weichtiere  
N = Schalenfrüchte (Nm-Mandel, Nh-Haselnuss, Nw-Walnuss, Nc-Cashew, Npe-Pecannuss, Npa-Paranuss, Npi-Pistazie, Nmc-Macadamianuss)  
SI = 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!

### 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

(+) mit Gelatine (\*) Honig, naturbelassene Rohkost und daher für Kinder unter 12 Monaten nicht geeignet!