

SPEISEPLAN 13.12.–31.12.2021



| Montag, 13.12.2021                                                                                                                           | Dienstag, 14.12.2021                                                                                                                                                | Mittwoch, 15.12.2021                                                                                                                                               | Donnerstag, 16.12.2021                                                                                                                                   | Freitag, 17.12.2021                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| FRÜHSTÜCK                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
| Krunchy Pur Hafer G<br>Knäckebrot Urtyp G<br>Pflanzenmargarine<br>Bärlauch Streich<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                    | Leinsamenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Bärlauch-Tomaten-Streich<br>Fruchtaufstrich Himbeer<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                  | Turnierbrot G, Se<br>Pflanzenmargarine<br>Ei-Butter Ei, Mz, M<br>Zimt-Frischkäse Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                      | Roggenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Kokos-Butter Mz, M<br>Kürbis-Zucchini-Frischkäse Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                       | Landbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Gemüsebutter Mz, Sl, M<br>Fruchtaufstrich Kirsch<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                                  |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH                                                                                                                      |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
| 1800,7 (kJ) 73,4 g (KH) 9,1 g (Ft) 8 g (EW)<br>Blumenkohlcurry<br>Vollkorn-Reis<br>Clementinen                                               | 2189,9 (kJ) 688 g (KH) 16,6 g (Ft) 20,8 g (EW)<br>Tomaten-Bohnen-Lasagne G, Ei, Mz, M<br>Rotkohl-Rohkost                                                            | 1555,2 (kJ) 68 g (KH) 6,2 g (Ft) 8,8 g (EW)<br>Arabischer Linseneintopf<br>Vollkorn-Brot G 🍷<br>Mhalabia – orientalischer Pudding Mz, M                            | 2488,3 (kJ) 50,7 g (KH) 29,4 g (Ft) 1419,6 g (EW)<br>Vegetarische Bratwurst G, Ei, So<br>Bayrisch Kraut G, Mz, M<br>Kartoffeln 🍷<br>Bananen              | 2006,2 (kJ) 62,6 g (KH) 12,6 g (Ft) 23,3 g (EW)<br>Sellerieschnitzel G, Sl<br>Tomatensoße Ricotta G, Mz, M<br>Spätzle G<br>Beeren-Fruchtquark Mz, M 🍷                       |
| MITTAGESSEN VOLLWERT                                                                                                                         |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
| 2082,9 (kJ) 78,8 g (KH) 9,2 g (Ft) 19 g (EW)<br>Bolognese, vegetarisch mit roten Linsen G, So<br>Vollkornnudeln G<br>Clementinen             | 1931 (kJ) 44,3 g (KH) 24,5 g (Ft) 13,8 g (EW)<br>Kartoffeltaschen (mit Frischkäse) Mz, M<br>Fruchtige Currysoße G, Mz, M<br>Brokkoli Mz, M<br>Schokopudding Mz, M 🍷 | 2192,1 (kJ) 65,3 g (KH) 18,2 g (Ft) 23,5 g (EW)<br>Gebratenes Seelachsfilet in Maispanade G, Mz, Fi, Sf<br>Petersiliensoße G, Mz, M<br>Zartweizen G<br>Gurkensalat | 2256,6 (kJ) 73,6 g (KH) 15,5 g (Ft) 22,1 g (EW)<br>Hühnerbruststreifen in Zitronensoße G, Mz, M 🍷<br>Möhrengemüse Mz, M<br>Vollkornreis<br>Weißkohlsalat | 1744,1 (kJ) 48,9 g (KH) 13,9 g (Ft) 22 g (EW)<br>Vegetarische Klopse G, Ei, So, Sl<br>Gurken in Dillsoße G, Mz, M<br>Kartoffelstampf Mz, M 🍷<br>Beeren-Fruchtquark Mz, M 🍷  |
| MITTAGESSEN KLEINKIND                                                                                                                        |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
| 1999,8 (kJ) 72,9 g (KH) 11,7 g (Ft) 17,4 g (EW)<br>Bolognese, vegetarisch mit roten Linsen G, So<br>Vollkorn-Hörnchennudeln G<br>Clementinen | 1076,9 (kJ) 33,7 g (KH) 8,8 g (Ft) 9,4 g (EW)<br>Kartoffeln<br>Fruchtige Currysoße G, Mz, M<br>Brokkoli Mz, M<br>Schokopudding Mz, M 🍷                              | 1842,8 (kJ) 50 g (KH) 17,1 g (Ft) 20,6 g (EW)<br>Gebratenes Seelachsfilet in Maispanade G, Mz, Fi, Sf<br>Petersiliensoße G, Mz, M<br>Zartweizen G<br>Gurkensalat   | 1799,2 (kJ) 57,5 g (KH) 12,5 g (Ft) 19,2 g (EW)<br>Hühnerbruststreifen in Zitronensoße G, Mz, M 🍷<br>Möhrengemüse Mz, M<br>Vollkornreis<br>Birnenkompott | 1368,9 (kJ) 37,7 g (KH) 10,7 g (Ft) 18,4 g (EW)<br>Vegetarische Klöße G, Ei, So, Sl<br>Gurken in Dillsoße G, Mz, M<br>Kartoffelstampf Mz, M 🍷<br>Beeren-Fruchtquark Mz, M 🍷 |
| VESPER                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
| Schusterjungs G<br>Pflanzenmargarine<br>Gouda M<br>Birnen Klax<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                        | Mohnbrot G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Brie Mz, M<br>Heidelbeer-Butter Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                              | Birrendickmilchdessert Mz, M 🍷<br>Kürbiskernbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Schnittlauch-Butter Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                        | Sonnenblumenkernbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Kichererbsenaufstrich<br>Fruchtaufstrich Erdbeere<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                  | Zwiebelbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Geflügelmortadella Sl<br>Frischkäse Natur Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                                |

| Montag, 20.12.2021                                                                                                                            | Dienstag, 21.12.2021                                                                                                        | Mittwoch, 22.12.2021                                                                                                                        | Donnerstag, 23.12.2021                                                                                                                  | Freitag, 24.12.2021                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| FRÜHSTÜCK                                                                                                                                     |                                                                                                                             |                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                            |
| Filinchen G, So<br>Pflanzenmargarine<br>Edamer M<br>Rübernkraut<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                        | Sesambrot G, Mz, Se, M<br>Pflanzenmargarine<br>Zwergengewiesene Sonnentomate<br>Pflanzliches Schmalz<br>Obst-/ Gemüsebuffet | Quarkbrot G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Hirse-Kräuter-Aufstrich<br>Johannisbeer-Butter Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                      | Amaranth Basis Müsli G<br>Kartoffelbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Sesam-Butter Mz, Se, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                         | Haferbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Vanille-Butter Mz, M<br>Schnittlauch-Frischkäse Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                           |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH                                                                                                                       |                                                                                                                             |                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                            |
| 2307,9 (kJ) 53,6 g (KH) 22,4 g (Ft) 28,1 g (EW)<br>Vollkornreis-Räuchertofu-Pfanne So<br>Pastinakensoße G, Mz, M<br>Heidelbeerjoghurt Mz, M 🍷 | 1223,8 (kJ) 30,9 g (KH) 12,5 g (Ft) 12,2 g (EW)<br>Zucchini-Kartoffelaufauflauf G, Ei, Mz, M 🍷<br>Weißkrautsalat            | 1590,8 (kJ) 109,4 g (KH) 4,5 g (Ft) 12,7 g (EW)<br>Weiße-Bohnen-Curry-Topf Mz, M<br>Mehrkornbrötchen G<br>Sago mit Kirschen                 | 2103 (kJ) 77,8 g (KH) 12,6 g (Ft) 14,8 g (EW)<br>Vollkornnudeln G<br>Rahmchampignons mit Schnittlauch G, Mz, M<br>Pflaumen              | 1827 (kJ) 52,3 g (KH) 19,7 g (Ft) 10,4 g (EW)<br>Dinkel-Spinat-Taler G, Ei, Mz, Sl, M<br>Möhrensoße G, Mz, M<br>Kartoffelstampf Mz, M 🍷<br>Kohlrabirohkost |
| MITTAGESSEN VOLLWERT                                                                                                                          |                                                                                                                             |                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                            |
| 2191 (kJ) 85,7 g (KH) 10,2 g (Ft) 17,8 g (EW)<br>Spinatcremesuppe G, Mz, M<br>Vollkornbrot G 🍷<br>Maisgrießbrei Mz, M 🍷                       | 2378,2 (kJ) 73,4 g (KH) 13,1 g (Ft) 22,5 g (EW)<br>Eierragout mit Erbsen G, Ei, Mz, Sf, M<br>Vollkornreis<br>Clementinen    | 1697,7 (kJ) 40,5 g (KH) 16,4 g (Ft) 21,7 g (EW)<br>Rinder-Boulette Ei, So, Sf<br>Bratensoße 1, G, Mz, Sf, M<br>Kartoffeln 🍷<br>Tomatensalat | 1576,8 (kJ) 1285,3 g (KH) 8,5 g (Ft) 24,8 g (EW)<br>Seelachsragout in Tomaten-Basilikumsoße G, Mz, Fi, M<br>Bulgur G<br>Zucchinirohkost | 2010,5 (kJ) 75,7 g (KH) 12,5 g (Ft) 12,5 g (EW)<br>Brokkoli Mz, M<br>Käsesoße G, Mz, M 🍷<br>Vollkornnudeln G<br>Topping: Petersilie<br>Bananen             |
| MITTAGESSEN KLEINKIND                                                                                                                         |                                                                                                                             |                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                            |
| 1884,7 (kJ) 74,3 g (KH) 8,6 g (Ft) 15,2 g (EW)<br>Spinatcremesuppe G, Mz, M<br>Vollkornbrot G 🍷<br>Maisgrießbrei Mz, M 🍷                      | 1787,9 (kJ) 53,3 g (KH) 12,1 g (Ft) 17,1 g (EW)<br>Eierragout mit Erbsen G, Ei, Mz, Sf, M<br>Vollkornreis<br>Clementinen    | 1494,9 (kJ) 31 g (KH) 16,1 g (Ft) 20,3 g (EW)<br>Rinder-Boulette Ei, So, Sf<br>Bratensoße 1, G, Mz, Sf, M<br>Kartoffeln 🍷<br>Tomatensalat   | 1128,4 (kJ) 1063,5 g (KH) 6,3 g (Ft) 19,5 g (EW)<br>Seelachsragout in Tomaten-Basilikumsoße G, Mz, Fi, M<br>Bulgur G<br>Zucchinirohkost | 2283,1 (kJ) 80,8 g (KH) 16,5 g (Ft) 16,7 g (EW)<br>Brokkoli Mz, M<br>Käsesoße G, Mz, M 🍷<br>Vollkorn-Hörnchennudeln G<br>Topping: Petersilie<br>Bananen    |
| VESPER                                                                                                                                        |                                                                                                                             |                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                            |
| Mohnbrötchen G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Rucola Tomaten Streich<br>Fruchtaufstrich Aprikose<br>Obst-/ Gemüsebuffet                       | Hafer-Naturjoghurt G, Mz, M<br>Krustenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Petersilien-Butter Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet        | Schrotbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Butterkäse M<br>Germüse-Frischkäse Mz, Sl, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                    | Buchweizenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Apfel-Butter 3, Mz, M<br>Gurken-Quark Mz, M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                             | Mehrkornbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Geflügel-Salami Sl 🍷<br>Pflaumenmus<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                                          |

Clever isst gesund  
Vollwertküche für Kita und Schule

- G Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
- Gw Weizen
- Gr Roggen
- Gg Gerste
- Gh Hafer
- Gd Dinkel
- Gk Kamut
- K Krebstiere
- Ei Eier (Hühnerei)
- Fi Fisch
- En Erdnüsse
- So Soja
- M Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß)
- Mz Milchzucker, Laktose
- 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
- W Weichtiere
- 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!
- 🍷 Alle gekennzeichneten Komponenten wie z. B. Milch, Quark, Joghurt, Kartoffeln sind aus regionalem und ökologischem Anbau.
- (kJ) Energie
- (KH) Kohlenhydrate
- (Ft) Fett
- (EW) Eiweiß



DE-ÖKO-070  
Die Löwenzahn Dienstleistungs GmbH ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015



Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor. Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen (ausgenommen Zartweizen), Margarine, Milch und Milchprodukten (ausgenommen Parmesan und Butter). Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.).

SPEISEPLAN 3.1.–21.1.2022



Clever  
isst  
gesund

Vollwertküche  
für Kita und Schule

- G Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon
- Gw Weizen
- Gr Roggen
- Gg Gerste
- Gh Hafer
- Gd Dinkel
- Gk Kamut
- K Krebstiere
- Ei Eier (Hühnerei)
- Fj Fisch
- En Erdnüsse
- So Soja
- M Milch und Milchprodukte (Milchprotein/Milcheiweiß)
- Mz Milchzucker, Laktose
- 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
- W Weichtiere
- 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!
- 🍷 Alle gekennzeichneten Komponenten wie z. B. Milch, Quark, Joghurt, Kartoffeln sind aus regionalem und ökologischem Anbau.
- (kJ) Energie
- (KH) Kohlenhydrate
- (Ft) Fett
- (EW) Eiweiß

SPEISEPLAN

| Montag, 10.1.2022                                                                                                                                     | Dienstag, 11.1.2022                                                                                                                               | Mittwoch, 12.1.2022                                                                                                                                    | Donnerstag, 13.1.2022                                                                                              | Freitag, 14.1.2022                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| FRÜHSTÜCK                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
| Filinen G, So<br>Pflanzenmargarine<br>Kinderstreich Tomate Apfel<br>süßer Aufstrich                                                                   | Buchweizenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Emmentaler M<br>ZW Basilikumstreich                                                                      | Kürbiskernbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Schnittlauch-Butter Mz, M<br>Dattel Klax                                                                      | Sesambrot G, Mz, Se, M<br>Pflanzenmargarine<br>Käsecreme Mz, M<br>Süßer Auftrich                                   | Naturjoghurt Mz, M 🍷<br>Krunchy Pur Dinkel G<br>Roggenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Apfel-Butter 3, Mz, M                           |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                               | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                    | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                  |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH                                                                                                                               |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
| 1122,2 (kJ) 41g (KH) 7,4g (Ft) 9g (EW)<br>Kürbis-Kokos-Linsen-Eintopf<br>Vollkornbrot G 🍷<br>Topping: Kürbiskerne<br>Äpfel                            | 1462,5 (kJ) 37,9g (KH) 11,4g (Ft) 20,9g (EW)<br>Spätzle G<br>Spinat-Hirtenkäsesoße G, Mz, M                                                       | 2463,2 (kJ) 85,4g (KH) 17,4g (Ft) 19,3g (EW)<br>Vegetarische Klöße G, Ei, So, Sl<br>in Kapernsoße G, Mz, Sf, M<br>Vollkornreis                         | 1571 (kJ) 56,9g (KH) 9,5g (Ft) 11,2g (EW)<br>Bunter<br>Vollkornnudelaufg G, Ei, Mz, M                              | 3056,4 (kJ) 105,2g (KH) 23,6g (Ft) 18,2g (EW)<br>Kürbis-Chiasamen-Taler<br>Tomatensoße G, Mz, M<br>CousCous G                        |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                               | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                    | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                  |
| MITTAGESSEN VOLLWERT                                                                                                                                  |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
| 1901,6 (kJ) 76,9g (KH) 9,1g (Ft) 13,3g (EW)<br>Tomatencremesüppchen G, Mz, M<br>Vollkornbrot G 🍷<br>Süßer Couscous 1, G, Mz, M<br>Heidelbeerkompott 🍷 | 1673,1 (kJ) 42g (KH) 18,4g (Ft) 15g (EW)<br>Gekochtes Ei<br>in milder Senfsoße G, Mz, Sf, M<br>Kartoffelstampf Mz, M 🍷<br>Rote Bete-Apfel-Rohkost | 2480,2 (kJ) 84,4g (KH) 17g (Ft) 20,3g (EW)<br>Vollkornspirelli G<br>Brokkoli Mz, M<br>Frischkäsesoße G, Mz, M 🍷<br>Apfelbuttermilch 3, Mz, M 🍷         | 1648,4 (kJ) 44,5g (KH) 12,7g (Ft) 23,3g (EW)<br>Hähnchenkeule 🍷<br>Rotkohl 3<br>Kartoffeln 🍷<br>Clementinen        | 1898,4 (kJ) 63,9g (KH) 9,1g (Ft) 25,3g (EW)<br>Seelachswürfel 🍷<br>in pikanter Currysoße G, Mz, Fi, M<br>Vollkornreis<br>Gurkensalat |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                               | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                    | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                  |
| MITTAGESSEN KLEINKIND                                                                                                                                 |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
| 1644,9 (kJ) 65,5g (KH) 8g (Ft) 12,7g (EW)<br>Tomatensüppchen G, Mz, M<br>Vollkornbrot G 🍷<br>Süßer Couscous 1, G, Mz, M<br>Heidelbeerkompott 🍷        | 1523,1 (kJ) 29,8g (KH) 19g (Ft) 17,1g (EW)<br>Eierragout G, Ei, Mz, Sf, M<br>Kartoffelstampf Mz, M 🍷                                              | 2324,3 (kJ) 76,5g (KH) 19,1g (Ft) 17,3g (EW)<br>Vollkornhörnchennudeln G<br>Brokkoli Mz, M<br>Frischkäsesoße G, Mz, M 🍷<br>Apfelbuttermilch 3, Mz, M 🍷 | 1023,9 (kJ) 32,8g (KH) 4,4g (Ft) 16,6g (EW)<br>Hähnchen-geschnetzeltes G, Mz, Sf, M<br>Kartoffeln 🍷<br>Clementinen | 1430,2 (kJ) 42,9g (KH) 7,4g (Ft) 23g (EW)<br>Seelachswürfel 🍷<br>in Möhren-Curry-Soße G, Mz, Fi, M<br>Vollkornreis<br>Gurkensalat    |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                               | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                    | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                  |
| VESPER                                                                                                                                                |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                                                      |
| Mohnbrötchen G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Edamer M<br>Sonnenblumenhonig<br>Krippe: Konfitüre<br>Obst-/ Gemüsebuffet                               | Hirse-Beeren-Dessert Mz, M<br>Schrotbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Kräuter-Frischkäse Mz, M                                                       | Krustenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Geflügel-Lyoner Sl 🍷<br>Vanille-Butter Mz, M                                                                     | Sonnenblumenkernbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Limetten-Frischkäse Mz, M<br>Kichererbsenaufstrich                  | Mehrkornbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Gouda mit Kürbiskernen Mz, N, M<br>LupiLove Tomate Lu                                         |

| Montag, 17.1.2022                                                                                                                | Dienstag, 18.1.2022                                                                                                   | Mittwoch, 19.1.2022                                                                                                              | Donnerstag, 20.1.2022                                                                                                | Freitag, 21.1.2022                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| FRÜHSTÜCK                                                                                                                        |                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |
| Hirse-Flocken G<br>Milch Mz, M<br>Roggen-Vollkorn-Knäckes G<br>Pflanzenmargarine<br>ZW Paprikastreich<br>Obst-/ Gemüsebuffet     | Mohnbrot G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Vegetarisches Schmalz So, Sl<br>ZW Kräuter-Tomate So                        | Quarkbrot G, Mz, M<br>Pflanzenmargarine<br>Dill-Butter Mz, M<br>Zimt-Frischkäse Mz, M                                            | Kartoffelbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Ei-Butter Ei, Mz, M<br>Vanillequark Mz, M 🍷                                  | Landbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Tomaten-Hirse-Aufstrich Mz, M<br>Himbeer-Butter Mz, M                                                                     |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                  | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                          |
| MITTAGESSEN VEGETARISCH                                                                                                          |                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |
| 1799,8 (kJ) 73,8g (KH) 9,2g (Ft) 10,7g (EW)<br>Kohlrabi-Kräuter-Medaillon<br>Currysoße G, Mz, M<br>Möhren-Vollkorn-Reis<br>Äpfel | 1491,2 (kJ) 64,5g (KH) 5,2g (Ft) 9,6g (EW)<br>Broccolicremesuppe G, Mz, M<br>Vollkornbrot G 🍷                         | 1858 (kJ) 69,1g (KH) 11,6g (Ft) 13,8g (EW)<br>Gemüstrudel G, Ei, Mz, Sl<br>Rote Bete-Soße G, Mz, M                               | 2597,8 (kJ) 72,2g (KH) 26g (Ft) 21,9g (EW)<br>Grillkäse Mz, M<br>Paprikasoße G, Mz, M<br>Vollkornreis<br>Bauernsalat | 1149,9 (kJ) 32,2g (KH) 10,1g (Ft) 14g (EW)<br>Romanesco-Kürbiskern-Kartoffel-Gratin G, Ei, Mz, M 🍷                                                           |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                  | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                          |
| MITTAGESSEN VOLLWERT                                                                                                             |                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |
| 2557,5 (kJ) 81g (KH) 15,2g (Ft) 20,7g (EW)<br>Vollkornnudeln G<br>Gorgonzolasoße G, Mz, M<br>Erbsen Mz, M                        | 2028,2 (kJ) 45,5g (KH) 22,4g (Ft) 22,2g (EW)<br>Geflügelbratwurst Sl 🍷<br>Braune Soße 1, G, Mz, Sf, M<br>Kartoffeln 🍷 | 2670,6 (kJ) 89,8g (KH) 21,7g (Ft) 17,7g (EW)<br>Spinatbratling G, Ei, Mz, Sl, M<br>Tomaten-Ricotta-Soße G, Mz, M<br>Zartweizen G | 1561,5 (kJ) 61g (KH) 4,3g (Ft) 18,8g (EW)<br>Roter-Linsen-Gemüse-Eintopf Sl<br>Vollkornbrötchen G                    | 1782,2 (kJ) 44,8g (KH) 18,7g (Ft) 17,4g (EW)<br>Mediterranes Fischfilet Fi 🍷<br>Möhrensoße G, Mz, M<br>Gemüsebulgur<br>mit Kidneybohnen G<br>Zucchinirohkost |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                  | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                          |
| MITTAGESSEN KLEINKIND                                                                                                            |                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |
| 2338,3 (kJ) 75,6g (KH) 17,7g (Ft) 16,7g (EW)<br>Vollkornnörchennudeln G<br>Gorgonzolasoße G, Mz, M<br>Erbsen Mz, M               | 1776 (kJ) 39g (KH) 20,6g (Ft) 19,6g (EW)<br>Geflügelbratwurst Sl 🍷<br>Braune Soße 1, G, Mz, Sf, M<br>Kartoffeln 🍷     | 2078,4 (kJ) 69,6g (KH) 17,7g (Ft) 12,5g (EW)<br>Spinatbratling G, Ei, Mz, Sl, M<br>Tomaten-Ricotta-Soße G, Mz, M<br>Zartweizen G | 1381,7 (kJ) 54,9g (KH) 3,7g (Ft) 16,2g (EW)<br>Rote-Linsen-Gemüse-Eintopf Sl<br>Vollkornbrötchen G                   | 1406,2 (kJ) 30,9g (KH) 16,4g (Ft) 15,1g (EW)<br>Mediterranes Fischfilet Fi 🍷<br>Möhrensoße G, Mz, M<br>Gemüsebulgur<br>mit Kidneybohnen G<br>Zucchinirohkost |
| Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                   | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                              | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                  | Obst-/ Gemüsebuffet                                                                                                                                          |
| VESPER                                                                                                                           |                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |
| Kürbiskernbrötchen G<br>Pflanzenmargarine<br>Kürbiskerncreme<br>Gouda M<br>Obst-/ Gemüsebuffet                                   | Haferflockenbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Aprikosen-Butter 3, Mz, M<br>Kürbis-Zucchini-Frischkäse Mz, M              | Turnierbrot G, Se<br>Pflanzenmargarine<br>Ziegenbutterkäse M<br>Rübenkraut                                                       | Zwiebelbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Geflügel-Salami Sl 🍷<br>Kürbiskernbutter Mz, M                                 | Kräuterquark Mz, M<br>Sonnenblumenkernbrot G<br>Pflanzenmargarine<br>Bergblumenkäse M                                                                        |

Wir behalten uns Änderungen am Speiseplan vor. Wir verwenden BIO-Produkte (DE-ÖKO-070 Kontrollstelle) bei Sättigungsbeilagen (ausgenommen Zartweizen), Margarine, Milch und Milchprodukten (ausgenommen Parmesan und Butter). Fleisch- und Wurstwaren beziehen wir von Neulandfleischereien (Verein für tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung e.V.).



DE-ÖKO-070  
Die Löwenzahn Dienstleistungs GmbH ist zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2015

