

SPEISEPLAN 03.10.–21.10.2022



Clever
isst
gesund

Vollwertküche
für Kita und Schule

KW 40 03.10.–07.10.2022

Montag, 3. Oktober 2022	Dienstag, 4. Oktober 2022	Mittwoch, 5. Oktober 2022	Donnerstag, 6. Oktober 2022	Freitag, 7. Oktober 2022
FRÜHSTÜCK				
Filinchen G, So Pflanzenmargarine Rucola Tomaten Streich Süßer Aufstrich	Leinsamenbrot G Pflanzenmargarine Birnen-Klax Kinderstreich mit Apfelsüße	Kakao Monde G mit Milch Mz, M Schrotbrot G Pflanzenmargarine Curry Linsen Aufstrich	Kürbiskernbrot G Pflanzenmargarine Paprikastreich Schokocreme So	
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
1939,5 kJ 70,5 g (KH) 11,2 g (Ft) 14,7 g (EW)	1944,5 kJ 60,8 g (KH) 19,1 g (Ft) 10 g (EW)	1500 kJ 58,2 g (KH) 6,3 g (Ft) 16,8 g (EW)	1865,1 kJ 65,7 g (KH) 12,3 g (Ft) 14,1 g (EW)	
Grünkernpfanne mit buntem Gemüse G Schnittlauch-Dip Mz, M	Dinkel-Spinat-Taler G, Ei, Mz, Sl, M Käsesoße G, Mz, M Risi-Bisi	Gelbe Erbseneintopf Vollkornbrot G	Maultaschen (Gemüsefüllung) G Blumenkohlsoße G, Mz, M	
Aprikosen	Gurkensalat	Vanillepudding Mz, M	Birne	
MITTAGESSEN VOLLWERT				
2361,6 kJ 99,9 g (KH) 8,7 g (Ft) 18,1 g (EW)	2257,4 kJ 71,8 g (KH) 19,1 g (Ft) 15,6 g (EW)	2005,4 kJ 69,2 g (KH) 8,1 g (Ft) 28 g (EW)	1887,9 kJ 73,3 g (KH) 6,8 g (Ft) 20,9 g (EW)	
Kürbissuppe G, Mz, M Vollkornbrot G Milchreis Mz, M	Schwarzwurzel-Knusperkarree G, Mz, Sl, Se, M Petersiliensoße G, Mz, M Zartweizen G	Vollkornspirelli G Hähnchen-Gulasch mit Möhren G, Sf	Lachswürfel in Ratatouille- Samtsoße G, Mz, Fi, M Vollkornreis	
Pflaumenkompott	Chinakohlsalat mit Birne	Bauernsalat	Apfel	
MITTAGESSEN KLEINKIND				
2045,5 kJ 87,3 g (KH) 7,5 g (Ft) 15,2 g (EW)	1943,7 kJ 57,3 g (KH) 18,9 g (Ft) 12,4 g (EW)	1352,5 kJ 39,8 g (KH) 9 g (Ft) 19,7 g (EW)	1416,2 kJ 53,5 g (KH) 5,4 g (Ft) 16,5 g (EW)	
Kürbissuppe G, Mz, M Vollkornbrot G Milchreis Mz, M	Schwarzwurzel-Knusperkarree G, Mz, Sl, Se, M Petersiliensoße G, Mz, M Zartweizen G	Vollkornhörrchennudeln G Hähnchen-Gulasch mit Möhren G, Sf	Lachswürfel in Ratatouille- Samtsoße G, Mz, Fi, M Vollkornreis	
Apfelkompott 3	Möhrenrohkost	Bauernsalat	Apfel	
VESPER				
Sesambrotchen G, Mz, Se, M Pflanzenmargarine Gouda Mz, M Wildblütenhonig Krippe Austausch: Konfitüre	Buchweizenbrot G Pflanzenmargarine Hirtenkäse Mz, M Pflaumenmus	Kartoffelbrot G Pflanzenmargarine Kakao-Frischkäse Mz, M Brie Mz, M	Apfel-Rhabarber-Trinkjoghurt 3, Mz, M Dinkel-Butterkekse G, Mz, M	
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	

- 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 Milchsüßwaren, 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

KW 41 10.10.–14.10.2022

Montag, 10. Oktober 2022	Dienstag, 11. Oktober 2022	Mittwoch, 12. Oktober 2022	Donnerstag, 13. Oktober 2022	Freitag, 14. Oktober 2022
FRÜHSTÜCK				
Filinchen G, So Pflanzenmargarine Sonnen Tomaten Dattel Klax	Haferflockenbrot G Pflanzenmargarine Zwergewiese Papucchini Süßer Aufstrich	Mehrkornbrot G Pflanzenmargarine Champignon-Hirse-Aufstrich Vanillequark Mz, M	Krunchy Amaranth G Naturjoghurt Mz, M Krustenbrot G Pflanzenmargarine Möhren-Butter Mz, M	Leinsamenbrot G Pflanzenmargarine Gemüse-Frischkäse Mz, M Süßer Aufstrich
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
1336,7 kJ 52,7 g (KH) 8,1 g (Ft) 7 g (EW)	22071 kJ 66,2 g (KH) 23,2 g (Ft) 12,6 g (EW)	22177 kJ 43,7 g (KH) 19,2 g (Ft) 20,7 g (EW)	1391,1 kJ 57,6 g (KH) 5,5 g (Ft) 11,2 g (EW)	2212,1 kJ 78,1 g (KH) 10,9 g (Ft) 25,2 g (EW)
Apfel-Kürbisgemüse Wildkräutersoße G, Mz, M Kartoffeln	Kohlrabibremesuppe G, Mz, M Vollkornbrot G Germknödel mit Fruchtfüllung G, So, Mz, N	Kichererbsen Gemüse Ragout Vollkornreis	Linseneintopf Sl Vollkornbrot G	Vegetarische Paprikaschote G Paprikasoße G, Mz, M Zartweizen G
Apfel	Vanillesoße Mz, M	Blattsalat Limettendressing Sf	Grieß-Kokos-Dessert Mz, M Pflaumenkompott	Brombeer-Quark Mz, M
MITTAGESSEN VOLLWERT				
1809,4 kJ 66,5 g (KH) 11,4 g (Ft) 12,6 g (EW)	2370,1 kJ 85,4 g (KH) 11,4 g (Ft) 26,2 g (EW)	1831,1 kJ 43,7 g (KH) 19,2 g (Ft) 20,7 g (EW)	2359,8 kJ 75,2 g (KH) 21,9 g (Ft) 12,9 g (EW)	1166,5 kJ 47,8 g (KH) 1,4 g (Ft) 16,4 g (EW)
Vollkornpenne G Tomatensoße G, Mz, M Parmesan M	Lachs-Gurken-Ragout G, Mz, Fi, M Vollkornreis	Kochklops G, Ei, So, Sf in Kapernsoße G, Mz, Sf, M Kartoffeln	Süßkartoffelbratling Amaranth in milder Senfsoße G, Mz, Sf, M Kräuter-Bulgur G	Pikanter Kartoffeleintopf Sl Vollkornbrot G
Pflaume	Birne-Sanddorn-Kompott	Tomatensalat	Rote Beete Rohkost	Brombeer-Quark Mz, M
MITTAGESSEN KLEINKIND				
1581,1 kJ 52,6 g (KH) 13,6 g (Ft) 10,2 g (EW)	1781,8 kJ 61,7 g (KH) 9,2 g (Ft) 20,9 g (EW)	1641,6 kJ 34,9 g (KH) 18,9 g (Ft) 19,4 g (EW)	1979,7 kJ 57,8 g (KH) 21 g (Ft) 10,1 g (EW)	1030,9 kJ 42,8 g (KH) 1,3 g (Ft) 14,1 g (EW)
Vollkornhörrchennudeln G Tomatensoße G, Mz, M Parmesan M	Lachs-Gurken-Ragout G, Mz, Fi, M Vollkornreis	Kochklops G, Ei, So, Sf in Kapernsoße G, Mz, Sf, M Kartoffeln	Süßkartoffelbratling Amaranth in milder Senfsoße G, Mz, Sf, M Kräuter-Bulgur G	Kartoffeleintopf Sl Vollkornbrot G
Pflaume	Birne-Sanddorn-Kompott	Tomatensalat	Gurkensalat	Brombeer-Quark Mz, M
VESPER				
Sonnenblumenbrötchen G Pflanzenmargarine ZW Bärlauchstreich Gouda M	Sesambrot G, Mz, Se, M Pflanzenmargarine Kresse-Butter Mz, M Himbeerfrischkäse Mz, M	Fruchtjoghurt Erdbeer Mz, M Buchweizenbrot G Pflanzenmargarine Naturedammer M	Schrotbrot G Pflanzenmargarine Kürbis-Belugalinsen-Aufstrich Kakao-Butter Mz, M	Quarkbrot G, Mz, M Pflanzenmargarine Geflügelyoner Sl Zimt-Butter Mz, M
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet

KW 42 17.10.–21.10.2022

Montag, 17. Oktober 2022	Dienstag, 18. Oktober 2022	Mittwoch, 19. Oktober 2022	Donnerstag, 20. Oktober 2022	Freitag, 21. Oktober 2022
FRÜHSTÜCK				
Dinkelflakes mit Milch G, Mz, M Roggen-Vollkornknäcke G Pflanzenmargarine Süßer Aufstrich	Turnierbrot G, Se ZW Käuter Tomate So Pflanzenmargarine Emmentaler M	Sonnenblumenkernbrot G Pflanzenmargarine Brombeer-Butter Mz, M Bärlauch-Quark Mz, M	Mohnbrot G, Mz, M Pflanzenmargarine Frischkäse natur Mz, M Süßer Aufstrich	Kürbiskernbrot G Pflanzenmargarine Pflanzliches Schmalz So Beeren-Frischkäse Mz, M
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
1880,9 kJ 66,2 g (KH) 8,2 g (Ft) 25,3 g (EW)	1715,3 kJ 55,3 g (KH) 13,5 g (Ft) 14,5 g (EW)	2499,7 kJ 76,9 g (KH) 18 g (Ft) 16,5 g (EW)	2655,3 kJ 36,4 g (KH) 37,3 g (Ft) 37,5 g (EW)	1930 kJ 81,2 g (KH) 8,9 g (Ft) 12,9 g (EW)
Sojageschnetzeltes mit Gemüse in Tomatensoße G, So Bunte Nudeln G	Tortellini mit Gemüsefüllung G, Ei, Mz, M Gorgonzolasoße G, Mz, M Topping: Schnittlauch	Gemüsepfanne (Kohlrabi, Erbsen) Mz, M Saure Sahne-Kräuter-Dip Mz, M Vollkornreis	Grillkäse Halloumi M, Mz Ratatouille (Aubergine, Zucchini, Paprika) Gemüsebulgur G	Mildes Gemüse-Kokos-Curry G, Mz, M Couscous G
Birne	Bauernsalat	Pflaume	Gurkensticks & Möhrensticks	Karamellpudding Mz, M
MITTAGESSEN VOLLWERT				
1240,1 kJ 46,7 g (KH) 8,4 g (Ft) 6 g (EW)	1806,6 kJ 70,5 g (KH) 8,8 g (Ft) 6,1 g (EW)	1400,6 kJ 62,9 g (KH) 3,4 g (Ft) 9,4 g (EW)	2666,7 kJ 72,5 g (KH) 23,7 g (Ft) 29,8 g (EW)	1674,8 kJ 46,1 g (KH) 15,4 g (Ft) 14,9 g (EW)
Blumenkohl Mz, M Holländische Soße G, Ei, Mz, Sl, M Kartoffeln (mit frischen Käuern)	Brokkolisuppe G, Mz, M Vollkornbrot G Eierkuchen G, Ei, Mz, M	Grüne Bohnen-Eintopf Mz, Sl, M Schusterjunge G	Putenragout in Tomaten- Paprika-Soße G, Mz, M Vollkornnudeln G	Seelachsfilet in Reispnade Fi Dillssoße G, Mz, M Kartoffelstampf Mz, M
Birne	Apfelkompott 3	Rote Grütze & Vanillesoße Mz, M	Möhren Apfel Rohkost 3	Gurkensalat
MITTAGESSEN KLEINKIND				
1059,4 kJ 38,8 g (KH) 8,1 g (Ft) 5,1 g (EW)	1711,1 kJ 66,5 g (KH) 8,4 g (Ft) 5,5 g (EW)	1259,3 kJ 56,7 g (KH) 3 g (Ft) 8,6 g (EW)	1913,6 kJ 41,9 g (KH) 22,4 g (Ft) 21,8 g (EW)	1469,3 kJ 38,4 g (KH) 14 g (Ft) 13,6 g (EW)
Blumenkohl Mz, M Holländische Soße G, Ei, Mz, Sl, M Kartoffeln (mit frischen Käuern)	Brokkolisuppe G, Mz, M Vollkornbrot G Eierkuchen G, Ei, Mz, M	Grüne Bohnen-Eintopf Mz, Sl, M Schusterjunge G	Putenragout in Tomaten- Paprika-Soße G, Mz, M Vollkornhörrchennudeln G	Seelachsfilet in Reispnade Fi Dillssoße G, Mz, M Kartoffelstampf Mz, M
Birne	Apfelkompott 3	Rote Grütze & Vanillesoße Mz, M	Möhren Apfel Rohkost 3	Gurkensalat
VESPER				
Kartoffelbrot G Pflanzenmargarine ZW Paprikastreich Schoko-Aufstrich So	Mehrkornbrötchen G Pflanzenmargarine Putenwiener 2, 3, Sl	Landbrot G Pflanzenmargarine Zimt-Frischkäse Mz, M Kürbis-Kokos-Aufstrich	Zwiebelbrot G Pflanzenmargarine Möhrenkäse Mz, M Kräuter-Butter Mz, M	Beeren-Quarkspeise Mz, M Roggenbrot G Pflanzenmargarine Tofu-Tomaten-Aufstrich So
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet



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 24.10.–11.11.2022

KW 43 24.10.–28.10.2022

Montag, 24. Oktober 2022	Dienstag, 25. Oktober 2022	Mittwoch, 26. Oktober 2022	Donnerstag, 27. Oktober 2022	Freitag, 28. Oktober 2022
FRÜHSTÜCK				
Filinchen G, So Pflanzenmargarine Emmentaler M Süßer Aufstrich	Buchweizenbrot G Pflanzenmargarine ZW Schnittlauchstreich Edamer M	Schrotbrot G Pflanzenmargarine Radieschen-Butter Mz, M Zimt-Frischkäse Mz, M	Buchweizen Cornflakes Naturjoghurt Mz, M Roggenbrot G Pflanzenmargarine Orangen-Butter Mz, M	Quarkbrot G, Mz, M Pflanzenmargarine Geflügel Jagdwurst SI Süßer Aufstrich
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
2116,8 kJ 85,3 g (KH) 9,9 g (Ft) 15 g (EW)	1898,3 kJ 81,8 g (KH) 7,7 g (Ft) 13,6 g (EW)	3417,2 kJ 140,4 g (KH) 17,4 g (Ft) 18,7 g (EW)	1164,6 kJ 35,1 g (KH) 9,3 g (Ft) 11,7 g (EW)	1647,6 kJ 60,4 g (KH) 5,4 g (Ft) 23,3 g (EW)
Soja-Bohnenpfanne So mit Tomatensoße G, Mz, M Vollkornreis	Ofengemüse (Sellerie, Möhren, Pastinaken) Kürbisse G, Mz, M Zartweizen G	Linsen-Hirse-Bällchen Paprikasoße G, Mz, M Vollkornreis	Brokkoli-Kartoffel-Gratin G, Ei, Mz, M	Weißer Bohnen-Eintopf Mz, M Vollkornbrot G
Birne	Apfel	Weißkohlsalat	Möhrenrohkost mit Sesamsaat	Zitronenquark Mz, M
MITTAGESSEN VOLLWERT				
1214,1 kJ 61 g (KH) 1,3 g (Ft) 7,7 g (EW)	1803,9 kJ 35,7 g (KH) 19,4 g (Ft) 27,3 g (EW)	1966,8 kJ 70,8 g (KH) 13,7 g (Ft) 14,2 g (EW)	2104,5 kJ 68,1 g (KH) 11,9 g (Ft) 25,7 g (EW)	1971,7 kJ 74,3 g (KH) 12,4 g (Ft) 13,3 g (EW)
Möhreneintopf mit Grünkernschrot G, SI Vollkornbrötchen G	Hähnchenbrust Braune Soße G, Sf Kartoffeln	Pennnudeln G Kürbis-Kokos-Soße G, Mz, M Topping: Kürbiskerne	Rote Lachs-Soße G, Mz, Fi, M Vollkornreis	Gemüsefrikadelle G, Ei Blumenkohlsoße G, Mz, M Zartweizen G
Birne	Bauernsalat	Apfel-Dickmilchdessert 3, Mz, M	Zucchinirohkost	Apfel
MITTAGESSEN KLEINKIND				
1123,3 kJ 56,6 g (KH) 1,2 g (Ft) 7 g (EW)	1604,7 kJ 27,7 g (KH) 18,3 g (Ft) 26,1 g (EW)	1996,3 kJ 74 g (KH) 12,6 g (Ft) 13,9 g (EW)	1531,1 kJ 46,3 g (KH) 9,3 g (Ft) 20,8 g (EW)	1577,8 kJ 58,5 g (KH) 10,6 g (Ft) 10,3 g (EW)
Möhreneintopf mit Grünkernschrot G, SI Vollkornbrötchen G	Hähnchenbrust Braune Soße G, Sf Kartoffeln	Pennnudeln G Möhren-Kokos-Soße G, Mz, M Topping: Kürbiskerne	Rote Lachs-Soße G, Mz, Fi, M Vollkornreis	Gemüsefrikadelle G, Ei Blumenkohlsoße G, Mz, M Zartweizen G
Birne	Bauernsalat	Apfel-Dickmilchdessert 3, Mz, M	Zucchinirohkost	Apfel
VESPER				
Haferflockenbrot G Pflanzenmargarine Sonnentomate-Streich Wildblütenhonig KK Alternative: süßer Aufstrich	Krustenbrot G Pflanzenmargarine Petersilien-Butter Mz, M Fruchtquark Himbeer Mz, M	Käsekuchen G, Ei, Mz, M Kakao Mz, M	Kürbiskernbrötchen G Pflanzenmargarine Camembert Mz, M Minz-Butter Mz, M	Mehrkornbrot G Pflanzenmargarine Tomaten-Grünkern-Aufstrich G Vanille-Frischkäse Mz, M
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet

KW 44 31.10.–04.11.2022

Montag, 31. Oktober 2022	Dienstag, 1. November 2022	Mittwoch, 2. November 2022	Donnerstag, 3. November 2022	Freitag, 4. November 2022
FRÜHSTÜCK				
Krunchy Pur Hafer mit Milch G, Mz, M Knäckebrot Urtyp G Pflanzenmargarine Bärlauch Streich	Leinsamenbrot G Pflanzenmargarine Bärlauch-Tomaten-Streich Süßer Aufstrich	Turnierbrot G, Se Pflanzenmargarine Ei-Butter Ei, Mz, M Zimt-Frischkäse Mz, M	Roggenbrot G Pflanzenmargarine Kokos-Butter Mz, M Kürbis-Zucchini-Frischkäse Mz, M	Landbrot G Pflanzenmargarine Gemüse-Butter Mz, SI, M Süßer Aufstrich
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
2292,7 kJ 100,5 g (KH) 9,2 g (Ft) 9,4 g (EW)	2768,1 kJ 68,5 g (KH) 32,7 g (Ft) 21,4 g (EW)	1555,2 kJ 68 g (KH) 6,2 g (Ft) 8,8 g (EW)	2411,3 kJ 46,9 g (KH) 29,5 g (Ft) 21 g (EW)	1965,9 kJ 54,4 g (KH) 16,4 g (Ft) 23,2 g (EW)
Blumenkohlcurry G, Mz, M Vollkornreis	Tomaten-Bohnen-Lasagne G, Ei, Mz, M Topping: Sonnenblumenkerne	Arabischer Linseneintopf Vollkornbrot G	Vegetarische Bratwurst G, Ei, So Bayrisch Kraut G, Mz, M Kartoffeln	Polenta-Käse-Schnitte Ei, Mz, SI, M Ricotta-Tomatensoße G, Mz, M Spätzle G
Banane	Blattsalat mit Feldsalat Balsamicodressing Sf, Sw	Mhalabia – orientalischer Pudding Mz, M	Pflaume	Sanddorn-Orangen Quark Mz, M
MITTAGESSEN VOLLWERT				
2574,9 kJ 105,9 g (KH) 9,3 g (Ft) 20,4 g (EW)	2376,6 kJ 69,5 g (KH) 23,7 g (Ft) 16 g (EW)	2192,1 kJ 65,3 g (KH) 18,2 g (Ft) 23,5 g (EW)	2256,6 kJ 73,6 g (KH) 15,5 g (Ft) 22,1 g (EW)	1774,9 kJ 49,7 g (KH) 14,5 g (Ft) 21,7 g (EW)
Vollkornspirelli G Bolognese vegetarisch mit roten Linsen G, So	Kartoffeltaschen (mit Frischkäse) Mz, M Fruchtige Currysoße G, Mz, M Brokkoli Mz, M	Gebratenes Seelachsfilet in Maispanade G, Mz, Fi, Sf Petersiliensoße G, Mz, M Zartweizen G	Hühnerbruststreifen in Zitronensoße G, Mz, M Möhrengemüse Mz, M Vollkornreis	Vegetarische Klopse G, Ei, So, SI Gurken in Dillsoße G, Mz, M Kartoffelstampf Mz, M
Banane	Hirsedessert mit Heidelbeeren Mz, M	Gurkensalat	Weißkohlsalat	Sanddorn-Orangen Quark Mz, M
MITTAGESSEN KLEINKIND				
1966,7 kJ 76,3 g (KH) 10,6 g (Ft) 14,2 g (EW)	1446,1 kJ 54,7 g (KH) 8,1 g (Ft) 11,2 g (EW)	1842,8 kJ 50 g (KH) 17,1 g (Ft) 20,6 g (EW)	2302,1 kJ 81,9 g (KH) 13,3 g (Ft) 21,3 g (EW)	1394,5 kJ 38,4 g (KH) 11,2 g (Ft) 18,1 g (EW)
Vollkornhörnchennudeln G Bolognese vegetarisch mit roten Linsen G, So	Kartoffeln Fruchtige Currysoße G, Mz, M Brokkoli Mz, M	Gebratenes Seelachsfilet in Maispanade G, Mz, Fi, Sf Petersiliensoße G, Mz, M Zartweizen G	Hühnerbruststreifen in Zitronensoße G, Mz, M Möhrengemüse Mz, M Vollkornreis	Vegetarische Klopse G, Ei, So, SI Gurken in Dillsoße G, Mz, M Kartoffelstampf Mz, M
Banane	Hirsedessert mit Heidelbeeren Mz, M	Gurkensalat	Apfelkompott 3	Sanddorn-Orangen Quark Mz, M
VESPER				
Schusterjungen G Pflanzenmargarine Gouda M Birnen Klax	Mohnbrot G, Mz, M Pflanzenmargarine Brie Mz, M Heidelbeer-Butter Mz, M	Birrendickmilchdessert Mz, M Kürbiskernbrot G Pflanzenmargarine Schnittlauch-Butter Mz, M	Sonnenblumenkernbrot G Pflanzenmargarine Kichererbsenaufstrich Süßer Aufstrich	Zwiebelbrot G Pflanzenmargarine Geflügelmortadella SI Frischkäse Natur Mz, M
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet

KW 45 07.11.–11.11.2022

Montag, 7. November 2022	Dienstag, 8. November 2022	Mittwoch, 9. November 2022	Donnerstag, 10. November 2022	Freitag, 11. November 2022
FRÜHSTÜCK				
Filinchen G, So Pflanzenmargarine Edamer M Rübenkraut	Sesambrot G, Mz, Se, M Pflanzenmargarine Zwergewiese Sonnentomate Pflanzliches Schmalz	Quarkbrot G, Mz, M Pflanzenmargarine Hirse-Kräuter-Aufstrich Johannisbeer-Butter Mz, M	Amaranth-Müslis mit Milch G, Mz, M Kartoffelbrot G Pflanzenmargarine Sesam-Butter Mz, Se, M	Haferbrot G Pflanzenmargarine Vanille-Butter Mz, M Schnittlauch-Frischkäse Mz, M
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet
MITTAGESSEN VEGETARISCH				
2042,6 kJ 48,8 g (KH) 19,2 g (Ft) 25,4 g (EW)	1090 kJ 35,8 g (KH) 7,2 g (Ft) 10,3 g (EW)	1708,2 kJ 66,1 g (KH) 7,9 g (Ft) 15,3 g (EW)	2304 kJ 89 g (KH) 12,6 g (Ft) 15,4 g (EW)	1913,5 kJ 60 g (KH) 18,3 g (Ft) 11,7 g (EW)
Vollkornreis-Räuchertofu- Pfanne So Pastinakensoße G, Mz, M Pflaumen	Wirsing-Kartoffelauflauf G, Ei, Mz, M	Weißer Bohnen-Curry-Topf Mz, M Mehrkornbrötchen G	Vollkornnudeln G Rahmchampignons G, Mz, M Topping: Schnittlauch	Dinkel-Spinat-Taler G, Ei, Mz, SI, M Kürbisse G, Mz, M Kartoffelstampf Mz, M
	Tomatensalat	Apfeljoghurt mit gerösteten Kürbiskernen 3, Mz, M	Banane	Möhren-Kohlrabirohkost
MITTAGESSEN VOLLWERT				
1977,2 kJ 82,2 g (KH) 5,4 g (Ft) 17,4 g (EW)	2333,2 kJ 71,2 g (KH) 13 g (Ft) 23,1 g (EW)	1796,1 kJ 41,6 g (KH) 18,9 g (Ft) 21,2 g (EW)	1576,8 kJ 128,5 g (KH) 8,5 g (Ft) 24,8 g (EW)	1999 kJ 74,5 g (KH) 13,4 g (Ft) 11,5 g (EW)
Erbsensuppe SI Vollkornbrot G Maisgrießbrei Mz, M	Eierragout G, Ei, Mz, Sf, M mit Erbsen Mz, M Vollkornreis	Rinderboulette Ei, So, Sf Bratensoße G, Mz, M, Sf Kartoffeln	Seelachsragout in Tomaten- Basilikumsoße G, Mz, Fi, M Bulgur G	Zweierlei Möhren Mz, M Käsesoße G, Mz, M Vollkornnudeln G Topping: Petersilie
Pflaumenkompott	Honigmelone	Tomatensalat	Zucchinirohkost	Birne
MITTAGESSEN KLEINKIND				
1706,5 kJ 71,4 g (KH) 4,6 g (Ft) 14,9 g (EW)	1742,9 kJ 51,1 g (KH) 11,9 g (Ft) 17,7 g (EW)	1593,3 kJ 32,2 g (KH) 18,5 g (Ft) 19,8 g (EW)	1128,4 kJ 106,5 g (KH) 6,3 g (Ft) 19,5 g (EW)	1677,4 kJ 56,9 g (KH) 15,2 g (Ft) 8,8 g (EW)
Erbsensuppe SI Vollkornbrot G Maisgrießbrei Mz, M	Eierragout G, Ei, Mz, Sf, M mit Erbsen Mz, M Vollkornreis	Rinderboulette Ei, So, Sf Bratensoße G, Sf Kartoffeln	Seelachsragout in Tomaten- Basilikumsoße G, Mz, Fi, M Bulgur G	Zweierlei Möhren Mz, M Käsesoße G, Mz, M Vollkornhörnchennudeln G Topping: Petersilie
Pflaumenkompott	Honigmelone	Tomatensalat	Zucchinirohkost	
VESPER				
Mohnbrötchen G, Mz, M Pflanzenmargarine Rucola Tomaten Streich Süßer Aufstrich	Hafer-Naturjoghurt G, Mz, M Krustenbrot G Pflanzenmargarine Petersilien-Butter Mz, M	Schrotbrot G Pflanzenmargarine Butterkäse M Germüse-Frischkäse Mz, SI, M	Buchweizenbrot G Pflanzenmargarine Apfel-Butter 3, Mz, M Gurken-Quark Mz, M	Mehrkornbrot G Pflanzenmargarine Geflügelsalami SI Pflaumenmus
Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	Obst-/ Gemüsebuffet	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 Milchsüßwaren, Laktose
- 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
- 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



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.).

