



Speiseplan vom 19.01.2026 bis 25.01.2026

Vielfalt & Bunt

Montag 19.01.2026

Chili con Carne
(Rindfleisch, Kidneybohnen, Mais, Erbsen, Sellerie, Lauch)ⁱ
Reis



Dienstag 20.01.2026

Schollenfilet in Maispanade
a,a1,d mit Paprikakompott und Röstkartoffeln



Mittwoch 21.01.2026

Kartoffeltaschen g,h1
Kräuterquark g
Pfannengemüse (grü.Bohnen,Zucchini, Paprika,Zwiebel)



Donnerstag 22.01.2026

Cevapcici a,a1,c,g,j
Bratensoße mit Karotten, Erbsen, Blumenkohl und Bohnen^{1,i} und Penne Rigate a,a1



Freitag 23.01.2026

Zwei Fischfrikadellen a,a1,d,g,j mit Kartoffelsalat (Zwiebeln, Gewürzgurken, Kerbel)^{1,2,3,9,c,j}



Vegi & Genuss

Chili sin Carne
(Kidneybohnen, Mais, Erbsen, Sellerie, Lauch)ⁱ
Reis



Veganer Back(-Fisch) a,a1
Aioli-Quark Dip g
Erbsen^{1,i} und Röstkartoffeln



Gemüsegulaschⁱ mit Reis 



Käsespätzle mit Gouda a,a1,c,g,i



Rührei c,f,g,i mit Rahmspinat g,i,j und Salzkartoffeln



Gesund & Lecker

Vegetarische Moussaka
(Kartoffel-Auberginen Zucchini-Auflauf)^g mit Kräuterquark^g



Indisches Paprika-Kartoffel-Curry^{h,h1,i,j} mit Joghurt-Chillisauce^{2,g}



vegetarische Walnuss-Bolognese (Champignons, Möhren, Tomaten)^{3,h,h3} auf Spaghetti a,a1



Seelachs-Backfisch a,a1,c,d,j Chinapfanne (Paprika, Champignons, Kichererbsen)^{2,3,4,a,a1,f,i,k} Basmatireis 



Blumenkohlcremesuppe g mit Vollkornbrötchen a,a1,a2,a3,a4,k



Nachtisch



Apfel

Bananenjoghurt^{3,g}

Vanillepudding (Becher)^g

Mandarine²

Pfirsichquark^g

Rohkost & Salat



Knabbergemüse (Möhren, Paprika, Gurke) mit Aioli-Dip^g

Eisbergsalat mit Joghurt Dressing c,g,j

Karottensalat

Blattsalat mit American Dressing c,j

Knabbergemüse (Kohlrabi, Paprika, Gurke) Kräuterquark^g

 Lebensmittel aus ausschließlich kontrolliert biologischem Anbau: Nudeln (Penne, Spirelli, Farfalle & Spaghetti - ebenso in Vollkorn), Reis (Langkornreis, Basmatireis und Naturreis). DE-ÖKO-070

Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo  entsprechen dem "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas" sowie dem "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen" und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

1 - Farbstoff
2 - Konservierung
3 - Antioxidantien

4 - Geschmacksv
9 - Süßungsmittel
a - Gluten

a1 - Weizen
a2 - Roggen
a3 - Gerste

a4 - Hafer
c - Ei
d - Fisch

f - Soja
g - Milch
h - Nüsse

h1 - Mandeln
h3 - Walnüsse
i - Sellerie

j - Senf
k - Sesam