

 **Rote Beete gehört zu den Rüben und ist ein Wintergemüse. Sie enthält viel Eisen. Das brauchen wir u.a für die Bildung von unserem Blut.** 



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.

Kapitelstr

 Geflügelfleisch
 Rindfleisch
 vegetarisch
 Fisch



7. KW	10.02.2025	Anzahl	11.02.2025	Anzahl	12.02.2025	Anzahl	13.02.2025	Anzahl	14.02.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 Rindfleischbolognese  (Möhren, Sellerie und Lauch)								 Fischfrikadelle (Seelachs)	
	Vollkorn Farfalle							 BIO Schnittlauchdip		
	geriebener Hartkäse							Kartoffelecken		
	Krautsalat (Öl&Essig)							Blattsalat		
Menü II vegetarisch	 vegetarische Bolognese  (Soja)		 Semmelknödel		 vegetarisches Steak  (Milch, Ei, Weizen)				 Gemüse "Donut"  (Dinkel, Erbsen, Broccoli)	
					Kräutersauce					
			Käsesauce		Kartoffeln					
			Möhrensalat (Öl&Essig)		Blattsalat					
Menü III							 bunte Schleifennudeln			
							Tomatenrahmsauce			
							geriebener Hartkäse			
							Blattsalat			
Dessert	 Obst/Gemüesticks		 Obst/Gemüesticks		 Obst/Gemüesticks		 Vanillepudding		 Obst/Gemüesticks	
Salatsauce Auswahl							Frenchdressing			
					Joghurtdressing			Joghurtdressing		
Sonderkost										

Romanesco gehört zum Kohl und hat seinen Ursprung in Rom



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.

Kapitelstr

- Geflügelfleisch
- Rindfleisch
- vegetarisch
- Fisch



8. KW	17.02.2025	Anzahl	18.02.2025	Anzahl	19.02.2025	Anzahl	20.02.2025	Anzahl	21.02.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Putengulasch mit Paprikastreifen				vegane Nürnberger (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen) 				gebratenes Wildlachsfilet	
	Vollkorn Penne				vegetarische Bratensauce				Dill-Senfsoauce	
	Maissalat (Öl&Essig)				Kartoffelpüree				BIO Kartoffeln	
Menü II vegetarisch	Bohngulasch (weiße Riesenbohnen, Kidneybohnen, Brechbohnen)		Romanesco Nudelaufauf in heller Sauce				vegetarische Frikadelle (Weizen)		kleine Kartoffeln mit Schale	
			Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)				BIO Reis		Kräuter-Dip	
							Sahne- Gurkensalat			
Menü III										
Dessert	Obst/Gemügesticks		Obst/Gemügesticks		Obst/Gemügesticks		Knusper Joghurt		Obst/Gemügesticks	
Salatsauce Auswahl									Joghurtdressing	
Sonderkost										

 **Quinoa gehört zu sogenannten Pseudogetreiden weil es kein echtes Getreide ist. Er schmeckt nussig und leicht herb.** 

9. KW		24.02.2025		25.02.2025		26.02.2025		27.02.2025		28.02.2025		
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
Menü I						Rinder Cevapcici 				Tintenfisch Ringe 		
						Tzaziki					Zitronen-Knoblauch Mayonnaise	
						Reis					Kartoffeln	
						Krautsalat (Öl&Essig)					Brötchen	Blattsalat
Menü II vegetarisch	Bratkartoffeln 				Linsnbällchen 	30	Nudelsalat 					
	vegetarische Thymainsauce 						(Eier, Gewürzgurke, Paprika, Mayonnaise)					
	Wirsing in Rahm 						Fladenbrot					
Menü III			Ravioli 									
			(Käsefüllung)									
			Tomaten-Papriksauce									
			geriebener Hartkäse									
Dessert		Obst/Gemüesticks		Obst/Gemüesticks		Obst/Gemüesticks		Mini Berliner	250		BIO Banane	
Salatsauce Auswahl												
Sonderkost												

Der Name Hot Dog stammt aus dem Deutschen. Früher wurden Würstchen auch Dackel genannt. In Amerika wurde Dackel als Hund (Dog) übersetzt.

10. KW		03.03.2025 Montag		04.03.2025 Dienstag		05.03.2025 Mittwoch		06.03.2025 Donnerstag		07.03.2025 Freitag		
		Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	
Menü I												
				Geflügel Hot Dogs (Hähnchen)	Couscous-Gemüse-Pfanne (Kichererbsen, Karotten, Blumenkohl)	Wildlachsragout (Broccoli)	250	270	250	270	250	270
				Ketchup	Senf	Gewürzgurke	Röstzwiebeln	Kräuterdip	Vollkornreis	Gurkensalat (Öl&Essig)	Vollkornnudel-Broccoli- Auflauf in heller Sauce	in heller Sauce
Menü II vegetarisch			Pfannkuchen "Natur"	vegetarische Hot Dogs (Soja)	Kirschkompott	Zimt & Zucker						
Menü III												
Dessert				Obst/Gemügesticks		Müsli Riegel		Obst/Gemügesticks		Obst/Gemügesticks		Obst/Gemügesticks
Salatsauce Auswahl												
Sonderkost												

 **Edamame ist eine aus Japan stammende Bohne. Sie wird gerne als Snack in Japan gegessen.** 

11. KW		10.03.2025	Anzahl	11.03.2025	Anzahl	12.03.2025	Anzahl	13.03.2025	Anzahl	14.03.2025	Anzahl
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I											
				rote Linsensuppe (Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln)		gebratene Hähnchenbrust		Edamame Bratling		Fischstäbchen (Seelachs)	
						Ketchup-Paprikasauce		Currydip		Remouladensauce	
					Graubrot	Kartoffelecken		Ebly (Zartweizen)		Salzkartoffeln	
Menü II vegetarisch		Zucchini Puffer				vegetarisches Steak (Milcheiweiß)				Eieromelette	
		Tomatensauce									
		Vollkornreis									
		Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)									
Menü III											
Dessert		Obst/Gemüesticks			Obst/Gemüesticks			Obst/Gemüesticks			Obst/Gemüesticks
Salatsauce Auswahl								Americandressing			
						Joghurtdressing				Joghurtdressing	
Sonderkost											

	Geflügelfleisch
	Rindfleisch
	vegetarisch
	Fisch



Lachs gehört zu den sogenannten Fettfischen und sind reich an Omega 3 Fettsäuren. Diese sind wichtig für deine Gehirnentwicklung.



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.

Kapitelstr

Geflügelfleisch
Rindfleisch
vegetarisch
Fisch



12. KW	17.03.2025	Anzahl	18.03.2025	Anzahl	19.03.2025	Anzahl	20.03.2025	Anzahl	21.03.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Hähnchen-geschnetzeltes in heller Sauce				Gemüseschnitzel		gebratene Reispfanne (Paprika, Möhre, Lauch)			
	Vollkornreis				Petersiliensauce		Erdnussauce			
	Wachsbrechbohnsalat (Öl&Essig)				Kartoffelpüree					
Menü II vegetarisch	vegetarisches Geschnetzeltes (Mycoprotein) in heller Sauce									
Menü III			Maccaroni						Ravioli (Käsefüllung)	
			Käsesauce						Tomatenrahmsauce	
			geriebener Hartkäse						geriebener Hartkäse	
			Rettichsalat mit Petersilie (Öl&Essig)						Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		BIO Milchreis		Obst/Gemüsesticks	
Salatsauce Auswahl										
					Joghurtdressing				Joghurtdressing	
Sonderkost										