

Speiseplan Kita + Schule

KW 42 12.10.26 - 16.10.26 Ferienbetreuung

GREEN TIMES
Greeny Gutes Essen für
Kitas und Schulen



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise 1		BIO-Rohkost (10 Portionen)			
Vorspeise 2		Blattsalat mit Karotte und Mais, dazu Dressing			
Vorspeise 3					
Menü A		Hähnchen "Süß-Sauer" 2 mit Paprika-Bohngemüse (separat) M,Hf und Reis (BIO-Reis*)	Paniertes Fischfilet E,G,F mit Kartoffelpüree M		
Menü B	Omelette E,G mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO-Spinat*) G,M		Vegetarische Ravioli E,G,M mit Tomaten-Rahmsoße G,M,Se Veggie	Gemüse-Hafer-Frikadelle (mit BIO-Hafer*) E,G,Se mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Sour Cream M Veggie	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit Zucchini-Tomatensoße G,Se und Reibekäse M
Menü C		Asia-Gemüse "Süß-Sauer" Se,Sj,Hf,2 mit kleinen Frühlingsrollen Veggie (vegetarisch) G,Sj und Reis		Rinderhackbällchen mit Reis se und Spitzkohl Gemüse in Rahm G,M,Se	
Beilage					
Dessert 1	Joghurt M mit Knuspermüsli G,Hn,Mn,Wn	sowie täglich milchfrei			
Dessert 2		Haferkekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Obst	Vanille-Joghurt-Creme M,4

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) M = Milch und Milchzeugnisse, G = glutenhaltiges Getreide, Gw = Weizen, Gh = Hafer, Gr = Roggen, Gg = Gerste, Gd = Dinkel, Gk = Grünkern, E = Ei und Eierzeugnisse, En = Erdnüsse und Erdnusszeugnisse, Sj = Soja und Sojaerzeugnisse, Se = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, Mn = Mandel und Mandelerzeugnisse, Hn = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, Sm = Sesam und Sesamerzeugnisse, F = Seelachs, Dorsch o. Hecht, Sl = Seelachs, L = Lachs, Sf = Senf und Senferzeugnisse, Sw = Schwefeldioxid u. Sulfite, Hf = Hülsenfrüchte, Wn = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, (1) enthält Schweinefleisch, (2) mit Antioxidationsmitteln, (3) mit Konservierungsstoffen, (4) mit natürlichen Farbstoffen
Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.

= Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)

= Besonders geeignet für Kinder unter 3 Jahren

*Bio-Speisen und *Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021