



## FRISCH, GESUND UND LECKER

Wir möchten mit unserem Speiseplan dazu beitragen, dass Kinder sich gesund ernähren und Ihnen eine breite Auswahl an täglichen Gerichten zur Verfügung stellen.

- Rind • ▪ Schwein • ▪ Fisch •
- Geflügel • ▪ Wild • ▪ Lamm •
- Vegetarisch •

[A] = Glutenhaltiges Getreide [A1 = Weizen, A2 = Roggen, A3 = Gerste, A4 = Hafer, A5 = Dinkel, A6 = Kammel oder A7 = Hybridstämme davon]  
[B] = Krebstiere / Krebstiererzeugnisse • [C] = Eier / Eiererzeugnisse  
[D] = Fisch / Fischerezeugnisse • [E] = Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse  
[F] = Soja / Sojamerzeugnisse • [G] = Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose  
[H] = Schalenfrüchte (H = Mandel, H1 = Haselnuss, H2 = Walnuss, H3 = Cashew, H4 = Pecannuss, H5 = Paranuss, H6 = Pistazie, H7 = Macadamianuss und H8 = Queenstandnuss)  
[I] = Sellerie / Sellerieerzeugnisse • [J] = Senf / Senferzeugnisse • [K] = Sesam / Sesamerzeugnisse  
[L] = Schweißoloxid und Sulfite • [M] = Lupinen / Lupinerzeugnisse  
[N] = Weichtiere / Weichtiererzeugnisse

1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel  
4 = mit Geschmacksverstärker 5 = geschwärzt 6 = gewachst 7 = mit Phosphat  
8 = mit Süßungsmittel(n) 9 = Aspartam-Phenylalaninquelle 10 = geschweift  
11 = cofeinhaltig 12 = chininhaltig

Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet,  
Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem  
Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.



# KINDER-SPEISEPLAN

**KW: 7**  
SPEISEPLAN VOM 9.2. BIS 15.2.2026



	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>
<b>MONTAG</b> 9.2.2026	"Makkaroni al Forno" Hackfleischsauce vom Geflügel und Rind, dazu Käsemakkaroni  A1, G, I, 5, 9    5,9 BE	Geflügelsteak mit feiner Sauce, Mischgemüse und Langkornreis  A1, F, G, I, 1    6,6 BE	Klassisches Eieromelette mit feinem Rahmspinat und Salzkartoffeln  A1, C, G, I, 5, 9    3,2 BE	Frischer Rindfleischsuppentopf mit frischem Gemüse (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €)  A1, I, 5    2,9 BE
<b>DIENSTAG</b> 10.2.2026	Hühnerfrikassee mit jungen Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons dazu Reis  A1, G, I, 3    6,7 BE	Frischer Markteintopf mit Möhren, Bohnen, Kartoffeln und Geflügel Bockwurst (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €)  A1, I, 2, 3    2,9 BE	Gemüse-Köttbullar mit Käselaucsauce und Bulgur  A1, C, G, I, 5, 9    7,3 BE	Feiner Grießbrei mit roter Grütze  A1, G, I    9,8 BE
<b>MITTWOCH</b> 11.2.2026	Hähnchenfrikadelle mit Geflügelsauce, Kohlrabi und Reis  A1, C, F, G, I, 4    5,9 BE	Eierpfannkuchen mit Apfelkompott  A1, C, G    8,6 BE	Vegetarische Currywurst mit Natreis und ZucchiniSalat  A1, C, F, G, I, 3, 5, 9    7,1 BE	Leckerer Möhreneintopf mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen (Kinder Roggenbrötchen + 0,30 €)  A1, C, I, J, 5    4,1 BE
<b>DONNERSTAG</b> 12.2.2026	Hähnchen Hackbraten in Sauce dazu buntes Gemüse und Reis  A1, C, G, I, J, 5, 9    5,9 BE	Hähnchenfiletstreifen mit Pilzrahmsauce dazu Spätzle  A1, C, G, I, 5, 9    5,0 BE	Bunte Nudeln mit Brokkoli - Gemüsesauce  A1, G, I, 5, 9    5,9 BE	FIT-PIZZA wahlweise in den Sorten Vegetaria, Margarita, Margarita-Speziale, Salami- Paprika oder Thunfisch- Zwiebeln  Achtung Kalorienlieferung! Nährwerte auf Anfrage 
<b>FREITAG</b> 13.2.2026	Frische Reibekuchen mit leckerem Apfelmus  A1, C    6,8 BE	Gebackener Fleischkäse mit Spinat und Stampfkartoffeln  A1, G, I, 2, 4, 5, 9    3,9 BE	Paniertes Seelachsfilet mit milder Senfsauce, dazu Pariser Karotten und Reis  A1, D, G, I, 1    7,1 BE	Champignons „a la Creme“ mit kleinen Bandnudeln  A1, G, I, 1    6,7 BE

Neben „kindgerechten“ Menüs findet auch die traditionelle Küche in unseren Plänen ihren Platz. Wir finden dieses wichtig, da in vielen Haushalten dieses leider keine Berücksichtigung mehr findet und somit leider eine Menge Tradition und Esskultur verloren geht.

## GESUNDHEITSBEWUSST GEKOCHT:

Unsere Rezepte sind grundsätzlich salzarm erstellt. Wir verwenden als Standard Rapsöl. Gemüse wird schonend zubereitet (im Kombidämpfer gedämpft).

Wir verwenden in der Küche nur Milch mit 1,5% Fettgehalt. Unser Püree wird frisch aus Kartoffeln zubereitet (kein Tütenpulver).

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ihr Küchenteam

