



Menüplan für die

5.Ferienwoche 02.08.2021 bis 06.08.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Bratwurst-Brezel C 😊	H1 Falafel-Bällchen 4 p.K. 😊	H1 Buntes Putenragout 😊	H1 Tomatenrahmsuppe 😊	H1 O Scholle in Maispanade O Eieromelette dazu grüne Kräutersoße ^A sowie Püree und 😊
Vegetarische Komponente	V2 oder Veggie Bratwurst	V2 oder *****	V2 oder Buntes Veggie Ragout	V2 oder *****	Salat O Eisbergsalat O Rohkost-Mix
Beilagen	in Bratensoße dazu Kartoffeln und	dazu helle Curryrahmsoße und O Reis O Vollkornreis	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln	mit Schmand und Reis dazu Vollkorn-Toastbrot	Extra-Omega oder Tomaten-Thunfisch-Soße mit Erbsen verfeinert dazu Nudeln
Salat	O Cole Slaw O Rotkohl-Salat	*****	*****	*****	
Dessert	Frisches Obst	Vanillequark	Schokoladen-Vla	Himbeer-Mandel-Joghurt	Spritzgebäckringe
Rohkost	oder *****	oder Möhrensticks	oder Kohlrabisticks	oder Gurkenscheiben	oder Frisches Obst
Tauschmenü	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen
EXTRAS siehe RS	Anzahl: + Allergenenen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenenen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenenen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenenen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenenen*: GESAMT:
TAUSCH DER WOCHE	H3 Großer Sommersalat mit Schinken & Käse dazu Joghurt dressing und Brötchen !!! Kaltanlieferung !!!	V4 3 Gemüse-Kroketten dazu Bechamelsoße und Püree	V5 Milchreis dazu Kirschen	Alternative Beilagen: BIO Vollkornnudeln Vollkornreis TK Spalten	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst Vanillepudding, Pfirsichjoghurt Eis, Balisto-Korn-Mix ^{S.Packung}

A: mit Farbstoff / B: mit Konservierungsstoff / C: mit Antioxidationsmittel / D: mit Geschmacksverstärker / E: gewachst / F: mit Süßungsmittel / G: mit Phosphat

Catering für Kids



Wir kochen mit Herz und Seele

Die Geschmäcker sind zum Glück verschieden!

Damit es Ihnen an Abwechslung nicht fehlt, dürfen Sie Zusätzlich zu den täglich angebotenen Auswahlmenüs der Wochenkarte, aus folgenden Wechselmenüs wählen. Notieren Sie das Kürzel des Wechselmenüs (z.Bsp.: „W1“) im Feld der EXTRAS auf der Vorderseite.

Unsere EXTRA-Alternative

W1 Tomatenrahmsauce mit Nudeln und Eisberg

W2 Pfannkuchenfluffies mit Vanillesauce

W3 Pizza Magherita mit Salat

W4 Bagel mit Schnitzel Ketchup und Krautsalat

W5 Apfelpfannkuchen mit Vanillesauce

Unser Rohkost / Dessert-Ersatz

RK Rohkostkiste

RP Rohkostplatte

RS Rohkostsalat

OP Obstplatte

In 10er Schritten zu ordern

Bitte tragen Sie das Kürzel des jeweiligen Austauschmenüs in das Feld „EXTRAS“ auf der Vorderseite ein!
Vielen Dank.

Unsere Abkürzung zu Allergen/Sonderessen:

Die Allergene unserer Gerichte finden Sie in unserem Allergenkatalog.

A Apfel	T Tomate
B Erdbeere	U Schokolade
C Schalenfrucht	V Vegetarisch
D Geschmacksverstärker	W Weichtiere
E Eiweiß	X Sesam
F Fructose	Y Schonkost
G Gluten	Z Zucker
H Hefe	Ä Vegan
I Fisch	Ü Süßstoff
J Sellerie	Ö Möhre
K Kalorienarm	Â Lupine
L Laktose	Ô Schwefel und Sulfid
M Milch	Ĉ Alkohol
N Nuß	Ĝ Glutenunverträglichkeit
O Erdnuß	Ĥ Knoblauch
P Paprika	Ŝ Zwiebel
Q Senf	Ŵ Konservierungsstoffe
R Rind	Ŷ Krebstiere
S Soja	Ř Farbstoffe

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Folgen Sie dem „grünen Weg“ der Ernährung:

Eine vollwertige Ernährung nach den Vorgaben der D-A-CH Richtlinie wird bei uns täglich groß geschrieben. So bereiten wir **fettarme**, **zuckerarme** und **salzarme** Gerichte in einer besonders **nährstoffschonenden** Garmethode für Sie zu. Unser „grüner Weg“ liefert Ihnen somit eine gesunde Leitlinie, um ein perfektes Zusammenspiel von **geprüften Nährwertanalysen**, **Omega 3 Fettsäuren** und **alternativen Wechselgerichten** (Kinderklassiker) zu vereinen und den Kindern ein abwechslungsreiches aber auch gesundes Essen zu kochen. Folgen Sie dem **fettgedruckten** „Smiley“ 😊 -Weg für einen optimalen **„grünen Weg“**. Zusätzliche Rohkostalternativen bieten optional ein Höchstmaß an **vollwertiger Ernährung**.

Auszug aus den D-A-CH-Anforderungen:



		je 4-Wochenplan	
Getreide, -produkte, Kartoffeln	20x	davon mind. 4x VK Produkte und max. 4x Kartoffelerzeugnisse	
Gemüse, Salate	20x	davon mind. 8x Rohkost oder Salat	
Obst	mind. 8x	TK oder frisch	
Milch, -produkte	mind. 8x		
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max 8x	Fleisch, Wurst - davon 4x mageres Muskelfleisch, kein Schweinefleisch verwenden	
	mind. 4x	Seefisch - davon 2x fettreicher Seefisch	