



Menüplan für die 2.Ferienwoche 18.10.2021 bis 22.10.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Köttbullar 4.p.K. ☺	H1 Kartoffel-Käse-Suppe ☺	H1 Panierte Jägerschnitte ^G ☺	H1 Tomatenbolognese	H1 Fischbulette dazu Püree und Rahmspinat
Vegetarischekomponente	V2 oder Veggie Köttbullar 4.p.K.	V2 oder *****	V2 oder Veggie Schnitzel	V2 oder Würzige Veggie Tomatenbolognese ☺	Salat *****
Beilagen	in Sauce Robert dazu O Reis O Vollkornreis und Erbsen	mit buntem Gemüse dazu Vollkorn-Fladenbrot	dazu Rahmsoße sowie Kartoffeln und	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln und	FO Extra-Omega oder Pürierte Lachssoße mit Gemüse dazu Nudeln ☺
Salat	*****	*****	O Rohkost-Mix O Rote Beete	O Blattsalat-Mix O Wachsbrechbohnen	
Dessert	Ananasquark	Schokoladen-Via	Frisches Obst	Marmorküchlein S.Packung	Haselnussjoghurt
Rohkost	oder Gurkenscheiben	oder Kohlrabisticks	oder *****	oder Frisches Obst	oder Möhrensticks
Tauschmenü	H3 H4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 H4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 H4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 H4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 H4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen
EXTRAS siehe RS					
Anzahl:					
+ Allergenenen*:					
GESAMT:					
TAUSCH DER WOCHE	H3 Möhrenuntereinander dazu Party-Frikadellen 4.p.K.	H4 2 Marillenknödel dazu Vanillesoße	V5 4 Brokkoli-Nuggets dazu Bechamelsoße und Kartoffeln	Alternative Beilagen: BIO Vollkornnudeln Vollkornreis TK Krokette	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst Milchreis, Stracciatellajoghurt Eis, Bounty-Riegel S.Packung

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

Catering für Kids

Wir kochen mit Herz und Seele



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 Apfelpannkuchen 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.

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 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 | Ä | Lupine |
| L | Laktose | Ö | Schwefel und Sulfit |
| M | Milch | Ç | Alkohol |
| N | Nuß | Ğ | Glutenunverträglichkeit |
| O | Erdnuß | H | Knoblauch |
| P | Paprika | Ş | Zwiebel |
| Q | Senf | Ŵ | Konservierungsstoffe |
| R | Rind | Ŷ | Krebstiere |
| S | Soja | Ř | Farbstoffe |

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 **feitarmer**, **zuckerarm** und **salzarme** Gerichte in einer besonders **nährstoffreichen** 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 vereinigen und den Kindern ein abwechslungsreiches aber auch gesundes Essen zu kochen. Folgen Sie dem **fettdruckten** „Smiley“ ☺ - Weg für einen optimalen „grünen Weg“. Zusätzliche Rohkostalternativen bieten optional ein Höchstmaß an **vollwertiger Ernährung**.

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Auszug aus den D-A-CH-Anforderungen:

je 4-Wochenplan

Getreide, -produkte,	20x	davon mind. 4x VK Produkte und
Kartoffeln		max. 4x Kartoffelzeugnisse
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

