



# Menüplan für die Woche vom 30.06.2025 bis 04.07.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	<b>H1</b> Putenhackbraten	<b>H1</b> Soße nach „Florentiner Art“ (mit Käse und Spinat) ☺	<b>H1</b> Kartoffelrahmsuppe mit Bockwürstchen <sup>B,C,G</sup> ☺	<b>H1</b> Zwiebel-Sahne-Hähnchen ☺	<b>H1</b> O Scholle in Maispanade O Hähnchenunterkeule ohne Soße dazu Schnittlauchsoße sowie Kartoffeln und O Gurkensalat O Rohkost-Mix
Vegetarische Komponente	<b>V2</b> oder <b>Veggie Frikadelle</b> ☺	<b>V2</b> oder *****	<b>V2</b> oder mit Veggie Knackwurst <sup>A</sup>	<b>V2</b> oder Veggie Zwiebel-Sahne-Geschnetzeltes	Salat O Gurkensalat O Rohkost-Mix
Beilagen	in Rahmsoße dazu Püree und Kohlrabi	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln	dazu Toastbrot	dazu O Reis O Vollkornreis und O Eisbergsalat O Rohkostsalat	Extra-Omega EO oder Tomaten-Thunfisch-Soße mit Erbsen dazu Nudeln ☺
Salat	*****	*****	*****		
Dessert	Pfirsich-Mango-Joghurt	Erdbeershake	Milchreis	Frisches Obst	Kuchenschnitte Kakaocreme Siehe Packung
Rohkost	oder Möhrensticks	oder Gurkenscheiben	oder Kohlrabisticks	oder *****	oder Frisches Obst
Tauschmenü	<b>H3</b> <b>V4</b> <b>V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3</b> <b>V4</b> <b>V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3</b> <b>V4</b> <b>V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3</b> <b>V4</b> <b>V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3</b> <b>V4</b> <b>V5</b> 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	<b>H3</b> Piccata Milanese dazu Tomatensoße sowie Gnocchi und Salat	<b>V4</b> Kartoffelgratin „Gärtnerin Art“	<b>V5</b> Mini Pancakes dazu Nougatcreme	Alternative Beilagen: TK Krokette	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Vanillepudding, Edelrahmjoghurt, Eis, Buttergebäck <sup>S.Packung</sup>

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



## 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** Tomatenkäserahmsoße mit Nudeln und Saat

**W2** Kaiserschmarrn mit Apfelmus

**W3** Pizza Magherita mit Salat

**W4** Brioche Burger mit Valess Schnitzel - Ketchup und Rote Beete Sahne Salat

**W5** Zwei Hot Dogs mit Ketchup/Mayo - Röstzwiebeln und Gurken

Unser Rohkost / Dessert-Ersatz

- RK** Rohkostkiste
- RP** Rohkostplatte
- RS** Rohkostsalat
- OP** Obstplatte

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