



Menüplan für die Woche vom 07.07.2025 bis 11.07.2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Möhrenuntereinander dazu Gefl. Mettwurst ^{B,C,G} 😊	H1 Vegane Frikadelle 😊	H1 Köttbullar ^{4 p.K.}	H1 Hähnchenragout 😊	H1 !!! Letzter Schultag !!! Pürierte Linsencurrysuppe mit Kokosmilch dazu Fladenbrot 😊
Vegetarische Komponente	V2 oder Veggie Bratwurst	V2 oder *****	V2 oder Veggie Köttbullar ^{4 p.K.} 😊	V2 oder Veggie Gemüse-Ragout	Salat *****
Beilagen		dazu grüne Kräutersoße sowie Püree und	in Sauce Robert dazu O Reis O Vollkornreis	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln	EO Extra-Omega oder Wir wünschen den Kindern schöne Sommerferien 😊
Salat	*****	O Möhrensalat O Cole Slaw	O Mix-Salat O Wachsbruchbohnen	*****	
Dessert	Ananas-Kokos-Joghurt	Frisches Obst	Magdalena Erdbeere <small>Siehe Packung</small>	Schokoladenpudding	Quarkzubereitung mit weißer Schokolade
Rohkost	oder Gurkenscheiben	oder *****	oder Frisches Obst	oder Müsliriegel	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:					
TAUSCH DER WOCHE	H3 Fischbrötchen mit Tatarsoße und buntem Krautsalat	V4 Tortellini Verdura mit Gemüsefüllung dazu Tomatensoße	V5 2 Pfannkuchen Natur dazu Apfelmus ^C	Alternative Beilagen: TK Spalten	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Grießbrei, Honig-Mohn-Joghurt Eis, Milky-Way-Riegel ^{S.Packung}

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 Saft

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		
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