



Menüplan für die 1 Ferienwoche 13.10.2025 bis 17.10.2025

Tour: _____ Kd-Nr.: _____

Bitte Angebote & Hinweise auf der Rückseite beachten!

Einrichtung: _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Hähnchenbrust 😊	H1 Chili con Carne	H1 Tomatensoße mit Kräuterpesto 😊	H1 Pürierte Gemüserahmsuppe Bockwürstchen B,C,G 😊	H1 O Backfisch 😊 O Veggie Köttbullar ^{4 p.K.} dazu leichte Senfsoße sowie Püree und
Vegetarische Komponente	V2 oder Veggie Schnitzel Natur	V2 oder Veggie Chili con Carne 😊	V2 oder *****	V2 oder mit Veggie Knackwurst ^A	Salat O Cole Slaw O Wachsbrechbohnen
Beilagen	in Bratensoße dazu Kartoffeln und Rotkohl	dazu O Reis O Vollkornreis	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln und	dazu Vollkorn-Fladenbrot	Extra-Omega oder Bunte Lachssoße mit Gemüse dazu Nudeln
Salat	*****	*****	O Eisbergsalat O Mix-Salat	*****	
Dessert	Buttermilchdessert Erdbeere	Apfelmus ^C	Frisches Obst	Frucht-Müsli-Joghurt	Haselnusschnitten S.Packung
Rohkost	oder Möhrensticks	oder Gurkenscheiben	oder *****	oder Kohlrabisticks	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: + Allergenessen*; GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*; GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*; GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*; GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*; GESAMT:
TAUSCH DER WOCHE	H3 Schnitzel dazu Gemüsesoße und Kartoffeln	V4 Kürbisrahmsuppe dazu Toastbrot	V5 *****	Alternative Beilagen: TK Rösti	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Vanillepudding Eis, Heidesandgebäck 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 Saat

W2 Kaiserschmarrn mit Apfelmus

W3 Pizza Magherita mit Salat

W4 Brioché 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 Sulfit
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