

Menüplan für die

Woche vom 05.10.2026 bis 09.10.2026

Tour: _____ Kd-Nr.: _____

Bitte Angebote & Hinweise auf der Rückseite beachten!

Einrichtung: _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Veggie Schnitzel 😊	H1 Tomatenrahmsauce 😊	H1 Hackfleisch-Käse-Suppe nach „Elsässer Art“ 😊	H1 Indisches Hähnchencurry mit Gemüse 😊	H1 O Mini Fischfrikadellen ³⁻⁴ 😊 O Partyfrikadellen ³⁻⁴ dazu Püree und Rahmblumenkohl *****
Vegetarische Komponente	V2 oder *****	V2 oder *****	V2 oder Veggie Hackfleisch-Käse-Suppe nach "Elsässer Art"	V2 oder Indisches Gemüsecurry	Salat oder *****
Beilagen	dazu Paprikarahmsauce sowie Kartoffeln und	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln und	dazu Fladenbrot	dazu O Reis O Vollkornreis	Extra-Omega oder Mini Heringsfrikadelle (Brathering) dazu Kartoffelsalat !!! Kallanlieferung !!!
Salat	O Mix-Salat O Rohkostsalat	O Blattsalat-Mix O Griechischer Salat	*****	*****	
Dessert	Frisches Obst	Zitronenwaffel Siehe Packung	Heidelbeer-Schamand-Joghurt	Schokoladenpudding	Haselnussquarkzubereitung
Rohkost	oder *****	oder Frisches Obst	oder Gurkenscheiben	oder Kohlrabisticks	oder Möhrensticks
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:					
TAUSCH DER WOCHE	H3 Bunte Hühner-Reispfanne	V4 3 Apfelringe im Teigmantel dazu Vanillesauce (mit Vanillearoma)	V5 Gemüseschnitzel dazu Möhrchensauce und Kartoffeln	Alternative Beilagen: TK Spalten	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Grießbrei, Apfelrahmjoghurt ^c Eis, Marsriegel ^{S.Packung}



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 Käserahmsoße mit Nudeln und Salat

W2 Pfannkuchen mit Vanillesoße

W3 Pizza Margherita mit Salat

W4 Hähnchen Curry Salat mit Baguettebrötchen und Ketchup (Kaltanlieferung)

W5 Bröche Brötchen mit Junior Safari - Ketchup/Mayo & Möhrensalat (Kaltanlieferung)

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 Allergenkatolog.

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 Sulfid
M Milch	Č Alkohol
N Nuß	Ĝ Glutenunverträglichkeit
O Erdnuß	Ĥ Knoblauch
P Paprika	Ŝ Zwiebel
Q Senf	Ŵ Konservierungsstoffe
R Rind	Ŷ Krebstiere
S Soja	Ŕ 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