

Menüplan für die

2.Ferienwoche 26.10.2026 bis 30.10.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Hähnchenbrust 😊	H1 Buntes Putenragout 😊	H1 Köttbullar ^{4 p.K.} in Sauce Robert	H1 Pürierte Linsencurrysuppe mit Kokosmilch 😊	H1 Backfisch 😊 Veggie Bratwurst (ohne Soße) dazu Honig-Dillsoße sowie Püree und
Vegetarischekomponente	V2 oder Veggie Schnitzel Natur	V2 oder Veggie Ragout	V2 oder Veggie Köttbullar ^{4 p.K.} in Sauce Robert 😊	V2 oder *****	Salat EO oder Bunte Tomaten-Thunfischsoße dazu Nudeln
Beilagen	in Bratensoße dazu Kartoffeln und Rotkohl	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln	dazu O Reis O Vollkornreis und	dazu Vollkorn-Toastbrot	
Salat	*****	*****	O Rote Beete O Bunter Krautsalat	*****	
Dessert	Roter Beerenjoghurt	Apelmus ^C	Frisches Obst	Himbeer-Mandel- Quarkzubereitung	Mürbekranz Siehe Packung
Rohkost	oder Kohlrabisticks	oder Gurkenscheiben	oder *****	oder Möhrensticks	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:					
TAUSCH DER WOCHE	H3 Kartoffelauflauf mit Schinken ^{B,C,G} und Blattspinat	V4 3 Gemüseaultaschen dazu Kräutersoße	V5 *****	Alternative Beilagen: TK Kroketten	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Karamell-Vla, Erdbeerjoghurt Eis, Magdalena Natur ^{S.Packung}

A: mit Farbstoff / B: mit Konservierungsstoff / C: mit Antioxydationsmittel / 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 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 Allergen katalog.

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	Ğ 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