



Wo.	Menü	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
01.10.2020 02.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Täglich Vitamine naschen! An der Vitaminnaschbar könnt ihr euch aus einem wechselnden Angebot aus Obst- und Gemüsesticks, Salaten und Desserts selbst bedienen.			Vegetarischer Gemüse Eintopf (Bohnen, Möhren, Erbsen), dazu Vollkornbrot und Birnenquark (V) [aw, uw, nr, am, bc, 23] Energie pro Portion: 1196 kJ, 285 kcal	Italienische Gemüsesuppe (Möhren, Porree, Knollensellerie) mit Nudeln, dazu Malzkornbrötchen und Schokopudding (V) [aw, uw, nr, gb, ae, ay, am, bc, as, 23] Energie pro Portion: 2001 kJ, 480 kcal
05.10.2020 09.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Schweinegeschnetzeltes „Züricher Art“ (Pilze) und Spätzle (S) [aw, uw, ae, am, 23] Energie pro Portion: 2030 kJ, 485 kcal	Grünkohl-Kürbis-Sellerie-Eintopf mit Kartoffelwürfeln, dazu Kaiserbrötchen und Vanillequark (V) [aw, uw, gb, am, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 1508 kJ, 359 kcal	Zucchini-Hackfleisch-Pfanne mit Kartoffelbrei, (S) [aw, uw, am, bm, 23] Energie pro Portion: 1601 kJ, 382 kcal	Vegetarische Brühnudeln mit Gemüse (Erbsen, Kohlrabi, Möhren), dazu Roggenmischbrot (V) [aw, uw, nr, bc, 23] Energie pro Portion: 1239 kJ, 296 kcal	Gabelspaghetti (Nudeln) mit fruchtiger Tomatensoße und Reibekäse, dazu Apfeljoghurt (V) [3, aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1731 kJ, 413 kcal
12.10.2020 16.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Chili con Carne (Rote Bohnen, Paprika, Mais) mit Rindfleisch, dazu Kaiserbrötchen (R) [aw, uw, gb, 23] Energie pro Portion: 1841 kJ, 440 kcal	Wurstgulasch vom Schwein mit Tomaten und Zwiebeln an Bio Nudeln (Spirelli) (S, R) [2, 3, 7, 15, aw, uw, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 2639 kJ, 631 kcal	Milchreis mit Kirschruchsoße (V) [am] Energie pro Portion: 1816 kJ, 433 kcal	Gemüseschnitzel mit Petersiliensoße, Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und Kartoffelbrei (V) [aw, uw, ae, am, bc, 23] Energie pro Portion: 2495 kJ, 596 kcal	Wildlachwürfel in Spreewälder Gemüsesoße (Porree, Sellerie, Möhren) mit Brokkoliröschen und Vollkornreis, dazu Apfeljoghurt (F) [3, aw, uw, af, am, bc, au, 23] Energie pro Portion: 1930 kJ, 461 kcal
19.10.2020 23.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Gebrautes Putensteak auf Tomatensoße an Gemüse-Couscous-Pfanne (Erbsen, Mais, Paprika) (G) [aw, uw, 23] Energie pro Portion: 1675 kJ, 399 kcal	Gekochte Eier mit Senfsoße und Salzkartoffeln (V) [aw, uw, ae, am, bm, 23] Energie pro Portion: 1533 kJ, 366 kcal	Gelbe Erbseneintopf (Kartoffeln, Möhren, Jagdwurstwürfel), dazu Bio Vollkornbrot und Schokopudding (S) [2, 3, 7, 15, aw, uw, nr, am, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 1952 kJ, 466 kcal	Kasslerbraten mit Bratensoße, Sauerkraut und Salzkartoffeln (S, R) [3, 15, aw, uw, am, bm, 23] Energie pro Portion: 1338 kJ, 319 kcal	Vegetarischer Wirsing-Kartoffel-Eintopf (Wirsing, Möhren, Sellerie), dazu Weizenmischbrot und Vanillepudding (V) [aw, uw, am, bc, 23] Energie pro Portion: 1264 kJ, 301 kcal
26.10.2020 30.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Feierbeginn	Kräuterquark mit Salzkartoffeln, dazu Leinöl (V) [am, 23] Energie pro Portion: 2034 kJ, 485 kcal	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsoße an Blumenkohl und Salzkartoffeln (G) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1384 kJ, 329 kcal	Eierkuchen mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus (V) [3, aw, uw, ae, am] Energie pro Portion: 2068 kJ, 494 kcal	Gedämpftes Alaska-Seelachsfilet auf Dillsoße an Möhren-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln, dazu Vanillepudding (F) [aw, uw, af, am, 23] Energie pro Portion: 1806 kJ, 431 kcal
01.10.2020 02.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Bauerngulasch vom Schwein mit Spirellinudeln (S) [2, 3, 7, 15, aw, uw, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 2234 kJ, 534 kcal	Makkaroni (Nudeln) mit Gemüsesoße (Möhren, Porree, Sellerie), dazu Reibekäse und Vanillequark (V) [aw, uw, am, bc, 23] Energie pro Portion: 2071 kJ, 494 kcal	Hähnchenragout mit Kartoffelbrei (G) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1170 kJ, 279 kcal	Rürei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, dazu Schokojoghurt (V) [aw, uw, ae, am, 23] Energie pro Portion: 1781 kJ, 425 kcal	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse (Möhren, Sellerie, Porree), dazu Vollkornbrötchen und Karamellpudding (V) [aw, uw, nr, gb, go, ay, am, bc, as, 23] Energie pro Portion: 1557 kJ, 371 kcal
05.10.2020 09.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Gebratenes Möhrenschnitzel mit gebundenem Leipziger Allerlei-Gemüse (Möhren, Erbsen, Spargel) und Kartoffelbrei (V) [aw, uw, ae, am, bc, 23] Energie pro Portion: 1776 kJ, 424 kcal	Putengeschnetzeltes mit Bio Erbsen-Möhren-Gemüse und Vollkornreis, dazu Vanillequark (G) [aw, uw, am, bc] Energie pro Portion: 2340 kJ, 559 kcal	Hefeklöße mit Heidelbeerssoße (V) [aw, uw, ae, am] Energie pro Portion: 1877 kJ, 448 kcal	Erbsensuppe mit Porree, Möhren, Sellerie und Geflügelwieners, dazu Bio Vollkornbrot und Schokojoghurt (G) [3, 15, aw, nr, am, bc, 23] Energie pro Portion: 2199 kJ, 525 kcal	Thunfisch in Tomatensoße mit Spaghetti (Nudeln) (F) [aw, uw, af] Energie pro Portion: 1474 kJ, 352 kcal
12.10.2020 16.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Kesselgulasch „Ungarische Art“ (Rindfleisch) mit Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln, dazu Brötchen und Zitronenquark (R) [aw, uw, am] Energie pro Portion: 1894 kJ, 452 kcal	Muschelnudeln mit Tomaten-Frischkäse-Soße, dazu Birnenjoghurt (V) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1515 kJ, 362 kcal	Hähnchenragout mit Kartoffelbrei (G) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1170 kJ, 279 kcal	Süßkartoffeleintopf mit Möhren, Pastinaken und Kürbis, dazu ein Kaiserbrötchen (V) [aw, uw, gb, am, 23] Energie pro Portion: 1456 kJ, 347 kcal	Vegetarischer Steckrüben Eintopf (Steckrüben, Möhren, Kartoffeln), dazu Bio Vollkornbrot (V) [aw, uw, nr, 23] Energie pro Portion: 1238 kJ, 295 kcal
19.10.2020 23.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Vegetarische Kochkloße in Kapernsoße mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln, dazu Zitronenquark (V) [aw, uw, ae, ay, am, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 1703 kJ, 406 kcal	Putenbruststeak auf Geflügelsoße an Karotten-Kürbis-Gemüse und Parboiled Reis, dazu Birnenjoghurt (G) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 2227 kJ, 532 kcal	Eierragout mit Möhren, Erbsen und Mais in Senfsoße an Salzkartoffeln (V) [aw, uw, ae, am, bm, 23] Energie pro Portion: 1535 kJ, 366 kcal	„Bolognese“ - Tomaten-Hackfleisch-Soße vom Rind (Tomate, Sellerie, Porree) mit Bio Gabelspaghetti (Nudeln) (R) [aw, uw, bc] Energie pro Portion: 1790 kJ, 427 kcal	Fischfrikadelle aus Seelachsfilet mit Zitronen-Butter-Soße an Erbsengemüse und Vollkornreis (F) [aw, uw, ae, af, am, bm, 23] Energie pro Portion: 2594 kJ, 620 kcal
26.10.2020 30.10.2020 vom bis	A B (DGE) C	Ferienende	Linseneintopf (Möhren, Sellerie, Porree) mit Kartoffeln und Wiener Würstchen, dazu Mischbrot und Birnenjoghurt (S) [2, 3, 7, 15, am, bc, bm, 23] Energie pro Portion: 2196 kJ, 524 kcal	Bratwurst mit dunkler Rahmssoße an Sauerkraut und Kartoffelbrei (S) [aw, uw, am, bm, 23] Energie pro Portion: 2270 kJ, 542 kcal	Gebrautes Schweinelachsschnitzel mit Blumenkohl in holländischer Soße und Salzkartoffeln (S) [aw, uw, am, 23] Energie pro Portion: 1761 kJ, 419 kcal	Szegediner Gulasch vom Schwein (Sauerkraut, Tomate) auf bunten Spirelli (Nudeln) (S) [7, aw, uw] Energie pro Portion: 2446 kJ, 584 kcal