

Speisekarte vom 02.10.2023 - 06.10.2023 BIO

40.KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Kartoffel Gnocchi(a/a1/a2/a4) mit Neapolitanischer Tomatensoße mit BIO Tomatenwürfeln und hausgemachtem Basilikum-Pesto	Gemüse-Lasagne(a,a1,a2,a3,g,i)mit Selleriesoße(a/a1/a2/a3/i/g)und gemischtem mariniertem Blattsalat	Gebackener Auflauf "Spanischer Art"mit Kartoffeln aus BIO Kartoffeln,Paprika und Ei (3/c)dazu Auberginen-Tomaten-Dip(3/c/h1)	Quarkkeulchen (9a/a1/a7/c/g) mit Roter Grütze und Vanillesoße (1/g/c/f/g/h)	Süß-Saure-Eier (2/3/c/g) mit Kartoffeln aus BIO Kartoffeln und Dill-Senfsoße (a/a1/a7/g)
	BIO Obst	Mascarpone Dessert (g)	Obst	Gemischter Marinierter Blattsalat (g)	Pfirsichquark (g)
	BE 5	BE 8	BE 4	BE 7	BE 6
	387 Kcal / 1624KJ / 11 Fett / 47 KH /23 Eiweiß	779 Kcal / 3251KJ / 20 Fett / 121 KH /28 Eiweiß	535 Kcal / 2240KJ / 21 Fett / 68 KH /15 Eiweiß	510 Kcal / 2139KJ / 11 Fett / 76 KH /19 Eiweiß	643 Kcal / 2691KJ / 28 Fett / 66 KH /28 Eiweiß
Menü 2	Frischkäse-Lauch-Suppe(a/a1/a2/a3/g) mit BIO Kartoffelwürfeln und Kräutern (i) dazu ein Mehrkornbrötchen (a/a1/a7/e'/f'/g'/h'/h1'/h2'/h3'/h4'/h5'/h6'/h7'/h8'/k')	Nudeln aus BIO Nudeln (a/a7) mit Curry-Kirschtomaten-Soße (a/a1/a2/a3/g/i/j/k)geriebenem Käse und Schnittlauch (a/a7/g)	Rinderbraten mit Gemüse von Tobinambur,Karotte,Kürbis und roter Ziebel dazu BIO Kartoffeln und Bratensoße(a/a1/a2/a3/a4/i/k/f)	Spätzle-Gemüse-Auflauf mit Käse überbacken(a/a1/a2/a3/g) dazu Paprikasoße und gehackte Kräuter	Rotbarschfilet in Oliven-Knoblauchöl mariniert dazu buntes Gemüse mit gewürfelter Paprika,Knollensellerie und BIO Zucchiniwürfeln und Rosmarin Backkartoffelspalten
	BIO Obst	Mascarpone Dessert (g)	Obst	Gemischter Marinierter Blattsalat (g)	Pfirsichquark (g)
	BE 5	BE 7	BE 7	BE 14	BE 5
	260 Kcal / 1090KJ / 2 Fett / 49 KH /8 Eiweiß	638 Kcal / 2662KJ / 34 Fett / 67 KH /15 Eiweiß	623 Kcal / 2609KJ / 22 Fett / 69 KH /33 Eiweiß	900 Kcal / 3800KJ / 17 Fett / 164 KH /20 Eiweiß	368 Kcal / 1542KJ / 8 Fett / 48 KH /21 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, e mit Erdnüssen*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, h3 mit Walnüssen, h4 mit Cashewnüssen, h5 mit Pekannüssen, h6 mit Paranüssen, h7 mit Pistazien, h8 Macadamianüsse/Queenslandnüsse, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*
(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus

Speisekarte vom 09.10.2023 - 13.10.2023 BIO

41.KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Kartoffel-Gemüsepfanne(g/i/j) mit BIO Kartoffeln dazu Ruccola-Dip(g) und gehackte Kräuter	Blumenkohl-Käse-Bratling (a/a1/a2/a3/g/i/j)mit hausgemachtem Kartoffel-Salat(g)dazu Kräuter-Zitronen Pesto (h1)	Blumenkohlrößchen aus BIO Blumenkohl in Kräuter-Sahnesoße(a/a1/a2/a3/g) mit Kartoffeln aus BIO Kartoffeln und gehackten Kräutern	Bunte Penne aus BIO Penne (a/a1/a2/a3) mit Zucchini-Möhren-Bolognese,geriebenem Hartkäse und gehackten Kräutern	Cous-Cous-Pfanne (a/a1/a2/a3)mit Zucchini,Paprika,BIO Möhren,Aubergine und Knoblauch dazu Minz Dip(g)
	BIO Obst	Schokoladenpudding (g)	Obst	Apfelkompott (3)	Zitronen-Joghurt(g) mit Minze
	BE 7	BE 7	BE 9	BE 9	BE 8
	523 Kcal / 2198KJ / 13 Fett / 76 KH /21 Eiweiß	535 Kcal / 2240KJ / 20 Fett / 58 KH /25 Eiweiß	543 Kcal / 2280KJ / 10 Fett / 95 KH /15 Eiweiß	711 Kcal / 2979KJ / 25 Fett / 91 KH /23 Eiweiß	658 Kcal / 2748KJ / 27 Fett / 81 KH /19 Eiweiß
Menü 2	Kürbis-Kartoffel-Lauch-Eintopf(a/a1/a2/a3/g) mit BIO Kartoffelwürfeln, gehackten Kräutern und Vollkornbrötchen(a/a1/a2/a3/a4)	Auberginen-Tomatencurry mit Bulgur aus BIO Bulgur und kalter Joghurt-Kräuter-Soße(g) dazu gehackte Kräuter	Gedünstete Hähnchenbrust mit Chinagemüse in Curry Rahm dazu Cous-Cous aus BIO Cous-Cous und gehackte Kräuter	Grießbrei aus BIO Grieß(9/a/a1/a7/c/g) mit heißer Kirschoße	Seelachsfilet überbacken mit Zwiebeln und Käse dazu Gemüse von Topinambur,Sellerie und Möhren,Kartoffeln aus BIO Kartoffeln und Rahm-Soße(a/a1/a2/a3/g)
	BIO Obst	Schokoladenpudding (g)	Obst	Apfelkompott (3)	Zitronen-Joghurt(g) mit Minze
	BE 7	BE 9	BE 7	BE 8	BE 6
	198 Kcal / 821KJ / 2 Fett / 28 KH /9 Eiweiß	606 Kcal / 2542KJ / 21 Fett / 71 KH /30 Eiweiß	620 Kcal / 2584KJ / 29 Fett / 56 KH /30 Eiweiß	536 Kcal / 2246KJ / 16 Fett / 68 KH /28 Eiweiß	652 Kcal / 2712KJ / 40 Fett / 44 KH /25 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, h3 mit Walnüssen, h4 mit Cashewnüssen, h5 mit Pekannüssen, h6 mit Paranüssen, h7 mit Pistazien, h8 Macadamianüsse/Queenslandnüsse, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus

Speisekarte vom 16.10.2023 - 20.10.2023 BIO



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Kartoffeln aus BIO Kartoffeln mit Kräuterquark, gemischtem Blattsalat (g) und Leinöl	Vollkorn-Gemüse-Bratling (a,a1,a2,a3,g,i), dazu gebratenes Pastinaken Gemüse mit Sellerie (j), Kartoffeln und Petersilie	Schupfnudelpfanne mit BIO Schupfnudeln, Kichererbsen, Zweifarbigem Karotten und Pastinaken dazu Erbsen-Sahne-Rahm(a/a1/a2/a3/g)	Vollkorn-Nudeln aus BIO Nudeln (a/a1/a7/c/f') dazu Karottensoße (a/a1/a2/a3/g) und gehackte Kräuter (g)	Erbseintopf mit Kartoffelwürfeln aus BIO Kartoffelwürfeln, Kräutern und BIO Brötchen (a/a1/a2/a7/k)
	BIO Obst	Joghurt mit Waldfrüchten (g)	Obst	Karottensalat	Quark mit schwarzen Johannisbeeren (g)
	BE 5	BE 8	BE 7	BE 7	BE 6
	387 Kcal / 1624KJ / 11 Fett / 47 KH / 23 Eiweiß	779 Kcal / 3251KJ / 20 Fett / 121 KH / 28 Eiweiß	535 Kcal / 2240KJ / 21 Fett / 68 KH / 15 Eiweiß	510 Kcal / 2139KJ / 11 Fett / 76 KH / 19 Eiweiß	643 Kcal / 2691KJ / 28 Fett / 66 KH / 28 Eiweiß
Menü 2	Rote Beete Gnocchi(a,a1,a2,a3,a4,g,i,k) mit Salbei-Soße(a/a1/a2/a3/g), und gehackten Kräutern	Kürbis-Falafel-Bällchen(3/a/a1/a2/a3/i) mit Cous-Cous aus BIO Cous Cous(a) und Joghurt-Kräuter-Dip(g)	Putenschnitzel(a/a1/a2/a3) mit Blumenkohl in Schnittlauch-Rahm(a/a1/a2/a3/g/i/j) dazu Kartoffeln aus BIO Kartoffeln und gehackte Kräuter	Gebratene Rindfleischstreifen mit Pastinaken, Karotten, Paprika, Koriander und Sesam dazu Langkornreis aus BIO Reis	Gebäckenes Rotbarschfilet dazu Kürbis-Curry mit BIO Kürbiswürfeln, Kartoffeln aus BIO Kartoffeln (a/a1/a2/a3/a4/a5/g) und hausgemachtem Kräuter-Pesto
	Obst	Joghurt mit Waldfrüchten (g)	Obst	Karottensalat	Quark mit schwarzen Johannisbeeren (g)
	BE 5	BE 7	BE 7	BE 14	BE 5
	286Kcal / 1324KJ / 12 Fett / 13 Eiweiß	638 Kcal / 2662KJ / 34 Fett / 67 KH / 15 Eiweiß	623 Kcal / 2609KJ / 22 Fett / 69 KH / 33 Eiweiß	900 Kcal / 3800KJ / 17 Fett / 164 KH / 20 Eiweiß	368 Kcal / 1542KJ / 8 Fett / 48 KH / 21 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, e mit Erdnüssen*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, h3 mit Walnüssen, h4 mit Cashewnüssen, h5 mit Pekanüssen, h6 mit Paranüssen, h7 mit Pistazien, h8 Macadamianüsse/Queenslandnüsse, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*
(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)











*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus

nobis gGmbH Der Dienstleister, Triftstraße 38, 13127 Berlin

Speisekarte vom 23.10.2023 - 27.10.2023 BIO

43. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Vegetarische Reispfanne mit Reis aus BIO Reis, Nasi-Goreng-Art, mit Paprika, Lauch, Möhren und BIO Zucchini dazu süße Curry-Soße(a/a1/a2/a3/c) 	Kartoffel-Kürbis-Auflauf mit BIO Kartoffeln (a/a1/a2/a3/g) und Käse überbacken 	Süßkartoffelpfanne mit Mini Maiskolben, Karotten, Paprika und Zucchini dazu Pfirsich-Chutney(i) und gehackte Kräuter 	Vegetarisches-Knusper-Plätzchen (3/a) mit kaltem Joghurt- Gurken-Dip (g) und Kartoffeln aus BIO Kartoffeln 	Vollkornnudeln aus BIO Vollkornnudeln(a/a1/a2/a3) mit Gemüse-Soße Bolognese aus BIO Karotten, Sellerie, Paprika, Tomaten und Zwiebeln(a/a1/a2/a3) 
	BIO Obst	Tomatensalat (3/5/l)	Obst	Erdbeerpudding(g)	Mascarpone Dessert (g)
	BE 9	BE 5	BE 8	BE 8	BE 7
	615 Kcal / 2412KJ / 28 Fett / 102 KH / 21 Eiweiß	535 Kcal / 2240KJ / 20 Fett / 58 KH / 25 Eiweiß	543 Kcal / 2280KJ / 10 Fett / 95 KH / 15 Eiweiß	711 Kcal / 2979KJ / 25 Fett / 91 KH / 23 Eiweiß	658 Kcal / 2748KJ / 27 Fett / 81 KH / 19 Eiweiß
Menü 2	Süß-Saurer Linsen-Eintopf mit Sellerie, Karotte, Lauch und Kartoffelwürfel aus BIO Kartoffeln dazu Kürbiskernbrötchen(a/a1/a2/a3) 	Bunte Fischpfanne mit Seelachs und Wildlachswürfeln (2/3/9/a/a1/a7/d/j) mit buntem Gemüse in Sahne-Rahm(a/a1/a2/a3/g) dazu Wildreis mit Reis aus BIO Reis (g) 	Hähnchenbrustfilet mit Kürbis-Käse-Haube(g), dazu buntes Gemüse und Bulgur aus BIO Bulgur 	Rinder-Rahm-Gulasch (a/a1/f/g) mit Gabelspaghetti aus BIO Gabelspaghetti (a1/a7/c/g) 	Vegetarisches Geschnetzeltes mit Soja und Gemüse von Tobinambur, Roten Zwiebeln, Karotten und Sellerie (a/a1/a2/a3/a4/g/i/j) dazu Eibly-Zartweizen(a/a1/a2/a3) dazu gehackte Kräuter 
	BIO Obst	Tomatensalat (3/5/l)	Obst	Erdbeerpudding(g)	Mascarpone Dessert (g)
	BE 4	BE 6	BE 5	BE 6	BE 3
	356 Kcal / 1953 Kcal / 32 Fett / 50 KH / 26 Eiweiß	606 Kcal / 2542KJ / 21 Fett / 71 KH / 30 Eiweiß	620 Kcal / 2584KJ / 29 Fett / 56 KH / 30 Eiweiß	536 Kcal / 2246KJ / 16 Fett / 68 KH / 28 Eiweiß	652 Kcal / 2712KJ / 40 Fett / 44 KH / 25 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, h3 mit Walnüssen, h4 mit Cashewnüssen, h5 mit Pekannüssen, h6 mit Paranüssen, h7 mit Pistazien, h8 Macadamianüsse/Queenslandnüsse, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus