

KW 32

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gebratener Basmati-Reis mit Karotten, Mais, Zucchini und Ei dazu Tomaten-Salsa-Dip(g)	Blumenkohlröschen mit Kartoffel-Brokkoli-Püree(g) mit Kartoffeln und gehackten Kräutern	Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln, Brötchen und gehackter Petersilie	Vegetarische-Soja-Kochklopse (3/a/f) in Kapernsauce (a/a1/a2/a3/g) mit Kartoffeln und gehackten Kräutern	Penne(a/a1/a2/a3) mit Bulgur-Kräuter-Bolognese(a/a1) dazu geriebener Gouda und hausgemachtes Basilikum Pesto
	Obst	Hausgemachtes Apfelkompott mit Vanille(3)	Banane	Möhren-Apfel-Rohkost	Quarkspeise mit gerösteten Haferflocken und Birnenwürfeln (g)
	BE 8	BE 7	BE 8	BE 8	BE 7
	669 Kcal / 2757KJ / 22 Fett / 80 KH / 16 Eiweiß	70258 Kcal / 2908KJ / 25 Fett / 81 KH / 20 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	Scharfe Tomatensuppe nach Minestrone Art mit Rinderhackfleisch, Kartoffelwürfeln, Erbsen, Karotten und Fenchel dazu Saurer Sahne, gehackte Kräuter und Brötchen	Putengeschnetzeltes (a/a1/a2/a3/g) mit Gemüse von Kidneybohne, Mais und grünen Bohnen dazu Langkornreis	Rinderbraten mit Rotkohl(3), Kartoffeln und Bratensoße(a/a1/a2/a3/i/j)	Gebratenes Rotbarschfilet mit buntem Paprika-Tomatengemüse und Ebly-Zartweizen	Paniertes Geflügelschnitzel mit Kräuter-Rahm-Karotten(a/a1/a2/a3/g) und gebackenen Rosmarin-Kartoffelspalten
	Obst	Hausgemachtes Apfelkompott mit Vanille(3)	Obst	Möhren-Apfel-Rohkost	Quarkspeise mit Haferflocken und Birnenwürfeln (g)
	BE 7	BE 5	BE 6	BE 6	BE 3
	653 Kcal / 2736KJ / 24 Fett / 79 KH / 15 Eiweiß	620 Kcal / 2584KJ / 29 Fett / 56 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 Pekanüssen, 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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	<p>Vegetarisch gefüllte Zucchini(2/g/i/k)mit Ratatouille Gemüse und Kartoffelpüree dazu gehackte Kräuter</p>  <p>Apfel</p> <p>BE 11</p> <p>592 Kcal / 2503KJ / 5 Fett / 117 KH /15 Eiweiß</p>	<p>Vegetarisches Moussaka mit Kartoffeln,Zucchini,Aubergine, Paprika und Tomate mit Gouda überbacken dazu Kräuter Pesto(g)</p>  <p>Hausgemachter Pfirsich Vanille Quark mit Chia Samen</p> <p>BE 10</p> <p>742 Kcal / 3121KJ / 21 Fett / 103 KH /30 Eiweiß</p>	<p>Kokos-Gemüse mit Süßkartoffeln,Grünen Bohnen,Blumenkohl und Lauch(a/a1/a2/a3) dazu Langkornreis und gehackte Kräuter</p>  <p>Pflaume</p> <p>BE 6</p> <p>557 Kcal / 2327KJ / 29 Fett / 62 KH /10 Eiweiß</p>	<p>Gemüse-Käse Spätzle (a1/a7/c'/g) dazu gehackte Kräuter (a/a1) und Kresse-Soße (a/a7/g)</p>  <p>Naturjoghurt mit Minze(g)</p> <p>BE 8</p> <p>1138 Kcal / 4728KJ / 77 Fett / 79 KH /31 Eiweiß</p>	<p>Milchreis (g) mit Zimt- Zucker und heißen Kirschen</p>  <p>Eisbergsalat mit gerösteten Sonnenblumenkernen und Kräuter dressing(g)</p> <p>BE 12</p> <p>748 Kcal / 3161KJ / 9 Fett / 141 KH /23 Eiweiß</p>
	Menü 2	<p>Weizen Vollkornnudeln mit Kochschinken- Rahmsoße(a/a1/a2/a3/g), geriebenem Käse und gehackten Kräutern</p>  <p>Apfel</p> <p>BE 6</p> <p>391 Kcal / 1642KJ / 8 Fett / 58 KH /16 Eiweiß</p>	<p>Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit grünen Bohnen,Kartoffeln und Bratensauce(a/a1/a2/a3/i/j)</p>  <p>Hausgemachter Pfirsich Vanille Quark mit Chia Samen</p> <p>BE 6</p> <p>629 Kcal / 2628KJ / 26 Fett / 61 KH /35 Eiweiß</p>	<p>Deftiger Eintopf mit Rindfleisch ,Kartoffelwürfeln,Karottenwürfeln, Selleriewürfeln,Lauch und Kümmel dazu ein Brötchen und gehackte Kräuter</p>  <p>Pflaume</p> <p>BE 6</p> <p>763 Kcal / 3181KJ / 42 Fett / 65 KH /29 Eiweiß</p>	<p>Gästewunsch: Topfwurst(2/3/a/a1/i/j)mit Sauerkraut und Kartoffeln dazu gehackte Kräuter</p>  <p>Naturjoghurt mit Minze(g)</p> <p>BE 3</p> <p>204 Kcal / 862KJ / 2 Fett / 21 KH /24 Eiweiß</p>

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

Änderungen vorbehalten!

2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 8 mit Süßungsmittel, 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*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten
(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

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

*und Erzeugnissen daraus

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Kohlrabi Eintopf mit Karotten, Sellerie und Kartoffelwürfeln dazu Brot(a1/a2/a3/a4/a5/k) und Kräuter	Kartoffelauflauf in Tomatensoße mit mehrfarbigen Karotten(a/a1/a2/a3/g) und Lauch dazu hausgemachtes Basilikum-Öl	Gebratener Langkornreis mit mehrfarbigen Karotten, Mais, Zucchini und Ei dazu Röstzwiebeln und Süß-Saure Soße(i)	Gebackener Gemüse-Bagel mit Karottensalat, Kartoffeln und Kräuterquark dazu gehackte Kräuter	Weizen-Vollkornnudeln(a/a1/a2/a3), mit Spinatsoße(a/a1/a2/a3), geriebenem Mozzarella und Tomaten-Pesto(g)
	Banane	Hausgemachter Joghurt mit Heidelbeeren(g)	Schokoladenpudding	Speisequark mit gerösteten Haferflocken(a4) und Rosinen	Vanillepudding
	BE 5	BE 8	BE 10	BE 8	BE 13
	174 Kcal / 731KJ / 1 Fett / 32 KH / 7 Eiweiß	830 Kcal / 3483KJ / 38 Fett / 93 KH / 24 Eiweiß	843 Kcal / 3529KJ / 35 Fett / 106 KH / 20 Eiweiß	629 Kcal / 2635KJ / 26 Fett / 74 KH / 20 Eiweiß	672 Kcal / 2846KJ / 5 Fett / 143 KH / 11 Eiweiß
Menü 2	Gemüse-Schupfnudelpfanne(a/a1/a2/A3/4) mit Geflügelstreifen, bunten Karotten, Romanesco, Blumenkohl und Grünen Bohnen dazu Kräuter-Curry-Dip(i/j/g)	Schmetterlingsnudeln (a/a1/a2/a3) mit Bolognese-Sauce aus Rinderhackfleisch, Karotten und Sellerie(a,a1/a2) dazu geriebener Käse und Kräuter	Eieromelette mit Brokkoli-Blumenkohl-Gemüse in Rahm(a/a1/a2/a3/g) dazu Kartoffeln und gehackte Kräuter	Paniertes Seelachsfilet mit Ratatouille Gemüse, Bulgur(a/a1/a2/a3) und gehackten Kräutern	Hähnchenbrustfilet Cordon bleu mit Gemüse von Möhren, Erbsen und Mais dazu Kartoffeln, Rahm-Soße(a/a1/a2/a3/g) und gehackte Kräuter
	Banane	Hausgemachter Joghurt mit Heidelbeeren(g)	Schokoladenpudding	Speisequark mit gerösteten Haferflocken(a4) und Rosinen	Vanillepudding
	BE 7	BE 4	BE 6	BE 9	BE 5
	419 Kcal / 1755KJ / 15 Fett / 52 KH / 14 Eiweiß	328 Kcal / 1378KJ / 3 Fett / 38 KH / 31 Eiweiß	651 Kcal / 2725KJ / 28 Fett / 56 KH / 42 Eiweiß	571 Kcal / 2381KJ / 26 Fett / 50 KH / 33 Eiweiß	733 Kcal / 3046KJ / 50 Fett / 39 KH / 28 Eiweiß

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

Änderungen vorbehalten!

2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, i mit Sellerie*, 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 26.08.2024 - 30.08.2024 GV



35. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Buntes Gemüse-Curry mit Karotten, Blumenkohl, Romanesco und Kidneybohnen(a/a1/a2/a3/g) dazu Langkornreis aus BIO Reis und gehackte Kräuter	Vegetarische Tortellini, (a/a1/a7/f'/g) mit Oliven-Tomaten-Soße und Sahne verfeinert, (a/a7/g) dazu Ruccola-Pesto(g)	Grießbrei dazu Pflaumensoße und Zimt/Zucker	Rote Beete Falafelbällchen(i/K) mit Kräuter Dip(g), grünen Bohnen und gelbem Reis	Kartoffel-Gnocchis mit Provenzalischer Gemüesoße von Zucchini, Aubergine und Paprika dazu gehackte Kräuter
	Obst 	Pflaumen Joghurt 	Birne 	Kirsch-Buttermilch-Dessert(g) 	Birnen-Haferflocken-Quark (g) 
	BE 6	BE 12	BE 6	BE 6	7
	315 Kcal / 1652 KJ / 12 Fett / KH 62 / 19 Eiweiß	512 Kcal / 2145 KJ / 13 Fett / 156 KH / 20 Eiweiß	428 Kcal / 1775 KJ / 12 Fett / 59 KH / 14 Eiweiß	434 Kcal / 1825 KJ / 6 Fett / 59 KH / 17,5 Eiweiß	634 Kcal / 2805 KJ / 16 Fett / 68 KH / 18 Eiweiß
Menü 2	Deftiger Linseneintopf(a/a1/a2/g) mit Karottenwürfeln, Sellerie, Lauch Kartoffelwürfeln, Wiener Würstchen und Brötchen	Rindfleischstreifen in Süß-Saurer-Paprikasoße mit Asiatischer Gemüseauswahl und Bulgur aus Weizenschrot(BIO Bulgur)	Gästewunsch: Kasselerkammbraaten mit Apfel-Rotkohl und Petersilienkartoffeln dazu gehackte Kräuter	Schlemmerfischfilet(a/a1/a2/a3) mit hausgemachtem Kartoffelpüree(g) und Fingermöhren(g) dazu gehackte Kräuter	Cevapcici aus Rinderhackfleisch(1/3/c/g/i) dazu Krautsalat, Tomatenreis, Tzatziki(g) und gehackte Kräuter
	Obst 	Pflaumen Joghurt 	Birne 	Kirsch-Buttermilch-Dessert(g) 	Birnen-Haferflocken-Quark (g) 
	BE 6	BE 6	BE 8	BE 5	BE 9
	416 Kcal / 1912 KJ / 6 Fett / 59 KH / 23 Eiweiß	462 Kcal / 1942 KJ / 8 Fett / 74 KH / 17 Eiweiß	336 Kcal / 1204 Kcal / 13 Fett / 76 KH / 15 Eiweiß	502 Kcal / 2025 KJ / 12 Fett / 59 KH / 16,5 Eiweiß	715 Kcal / 3164 Kcal / 110 KH / 24 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, 8 mit Süßungsmittel, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a6 mit Khorasan-Weizen (Kamut)*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, 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

nobis gGmbH Der Dienstleister, Triftstraße 38, 13127 Berlin