

## Kita Falkenberger Str.

# Speisenplan für die Woche vom 01.11.2022 bis 04.11.2022

### Montag,

Mittag:  
Nachspeise:  
Vesper:



### Dienstag, 01.11.2022

Mittag: **BIO Erbseneintopf** (Erbsen, Möhren, Porree) mit Geflügelwiener, dazu **BIO Vollkornbrot** (G, aw, nr, bc, R, 3, 15, 7)  
Nachspeise: **BIO Banane**  
Vesper: Mischbrot mit Butter und Leberwurst, dazu Gewürzgurke (aw, uw, nr, am, bm, G, 3, 15)

### Mittwoch, 02.11.2022

Mittag: Gemüsecurry mit Linsen (Möhren, Paprika, Porree) und **BIO Vollkornnudeln** (aw, uw, am)  
Nachspeise: **BIO Kirschquarkspeise** (am)  
Vesper: Filinchen mit Butter und Marmelade, dazu Banane (aw, uw, am)

### Donnerstag, 03.11.2022

Mittag: **BIO Grießbrei** vom Mais mit Waldbeerensoße, dazu **BIO Blumenkohlcremesuppe** (Vorsuppe) (aw, uw, am)  
Nachspeise: **BIO Gurken-Rohkost**  
Vesper: Malzbrötchen mit Butter und Geflügelbierschinken, dazu Gurke frisch (aw, uw, nr, gb, ay, am, an, st, as, G, 3, 7, 15)

### Freitag, 04.11.2022

Mittag: Thunfisch-Tomaten-Soße (F) mit Gabelspaghetti (aw, uw, af, F)  
Nachspeise: **BIO Birne**  
Vesper: Cornflakes mit Naturjoghurt (aw, gb, am)



**Guten Appetit wünscht das VielfaltMenü-Team!**  
**Änderungen vorbehalten!**

1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antiodidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit Süßungsmittel;  
7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; aw = glutenhaltiges Getreide; uw = Weizen; nr = Roggen; gb = Gerste;  
go = Hafer; gs = Dinkel; gk = Kamut; ax = Hybridstämme; ac = Krebstiere; ae = Eier; af = Fische; ap = Erdnüsse; ay = Sojabohnen;  
am = Milch; an = Schalenfrüchte; sa = Mandeln; sh = Haselnüsse; sw = Walnüsse; sc = Kaschunüsse; sp = Pecannüsse; sr = Paranüsse;  
st = Pistazien; sm = Macadamianüsse; sq = Queenslandnüsse; bc = Sellerei; bm = Senf; as = Sesam; au = Schwefeldioxid und Sulfite  
nl = Lupinen; um = Weichtiere; F = Fisch; G = Geflügel; R = Rind; S = Schwein

Unser Speiseplan enthält  
ausgewählte **BIO-Produkte**  
aus kontrolliert ökologischem  
Landbau. DE-ÖKO-070



## Kita Falkenberger Str.

# Speisenplan für die Woche vom 07.11.2022 bis 11.11.2022

### Montag, 07.11.2022

- Mittag: Eieromelette mit Kräutersoße, **BIO Erbsengemüse** und **BIO Petersilienkartoffeln** (aw, uw, ae, am)  
 Nachspeise: **BIO Apfel**  
 Vesper: Knäckebrot mit Kräuterquark, dazu Gurke frisch und Paprikarohkost (aw, nr, am)

### Dienstag, 08.11.2022

- Mittag: fruchtige Tomatensoße mit Gabelspaghetti und **BIO Reibekäse** (aw, uw, am)  
 Nachspeise: **BIO Kirschjoghurt** (am), Gurkenrohkost  
 Vesper: Knuspermüsli mit Milch, dazu Banane (aw, uw, gb, go, am)



### Mittwoch, 09.11.2022

- Mittag: Putensteak mit Bratensoße, Möhrengemüse und **BIO Salzkartoffeln** (aw, uw, am, R, G)  
 Nachspeise:  
 Vesper: Brötchen mit Butter und Käse, dazu Gurke (aw, uw, nr, gb, am)

### Donnerstag, 10.11.2022

- Mittag: Blumenkohl-Käse-Stern mit **BIO Erbsen-Paprika-Mais-Gemüse** in Tomatensoße und **BIO Vollkornreis** (aw, uw, gb, ae, am)  
 Nachspeise:  
 Vesper: Mischbrot mit Frischkäse, dazu Kohlrabi Rohgemüse (am)



### Freitag, 11.11.2022

- Mittag: Gedünstetes Seehechtfilet mit Petersiliensoße, Balkangemüse (Erbsen, Bohnen, Mais) und **BIO Parboiled Reis** (aw, uw, af, F)  
 Nachspeise: **BIO Milchpudding Vanille** (am)  
 Vesper: Pfannkuchen und Gewürzgurke (aw, uw, ae, am, bm)

**Guten Appetit wünscht das VielfaltMenü-Team!  
 Änderungen vorbehalten!**

1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antiodidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit Süßungsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; aw = glutenhaltiges Getreide; uw = Weizen; nr = Roggen; gb = Gerste; go = Hafer; gs = Dinkel; gk = Kamut; ax = Hybridstämme; ac = Krebstiere; ae = Eier; af = Fische; ap = Erdnüsse; ay = Sojabohnen; am = Milch; an = Schalenfrüchte; sa = Mandeln; sh = Haselnüsse; sw = Walnüsse; sc = Kaschunüsse; sp = Pecannüsse; sr = Paranüsse; st = Pistazien; sm = Macadamianüsse; sq = Queenslandnüsse; bc = Sellerei; bm = Senf; as = Sesam; au = Schwefeldioxid und Sulfite; nl = Lupinen; um = Weichtiere; F = Fisch; G = Geflügel; R = Rind; S = Schwein

Unser Speiseplan enthält  
 ausgewählte **BIO-Produkte**  
 aus kontrolliert ökologischem  
 Landbau. DE-ÖKO-070



## Kita Falkenberger Str.

# Speisenplan für die Woche vom 14.11.2022 bis 18.11.2022

### Montag, 14.11.2022

- Mittag: **BIO bunte Gemüsenudeln** (Möhren, Mais, Erbsen) mit fruchtiger Tomatensoße und **BIO Goudakäse** (aw, uw, am)  
 Nachspeise: **BIO Birne**  
 Vesper: Mischbrot mit Butter und Käse, dazu Kohlrabi Rohgemüse (aw, uw, nr, am)

### Dienstag, 15.11.2022

- Mittag: Steckrüben-Kürbiscurry und **BIO Kartoffelbrei** (G)  
 Nachspeise: **BIO Apfelquarkspeise** (am)  
 Vesper: Knäckebrot mit Butter und Geflügelleberwurst, dazu Tomaten Rohkost (aw, nr, am, G)



### Mittwoch, 16.11.2022

- Mittag: Hühnerfrikassee (Erbsen, Möhren) mit **BIO Vollkornreis** (aw, uw, am, G)  
 Nachspeise: **BIO Apfel**  
 Vesper: Zitronenkuchen und Banane (aw, uw, ae)

### Donnerstag, 17.11.2022

- Mittag: Pfannkuchen mit **BIO Apfelkompott**, dazu grüne **BIO Erbsencremesuppe** (Vorsuppe) (aw, uw, ae, am)  
 Nachspeise: Karotten-Rohkost  
 Vesper: Schusterjungen mit Butter und Geflügelsalami, dazu Gurke frisch (aw, uw, nr, am, 1, 3, 15, G)



### Freitag, 18.11.2022

- Mittag: Fischragout vom Lachs (Wildlachs, Tomaten, Zwiebeln) mit **BIO Paprika-Tomaten-Gemüse** und **BIO Salzkartoffeln** (aw, uw, af, F)  
 Nachspeise: Paprika Rohgemüse  
 Vesper: Milchbrötchen mit Butter und Pflaumenmus, dazu Apfel (aw, uw, ae, am)

**Guten Appetit wünscht das VielfaltMenü-Team!**  
**Änderungen vorbehalten!**

1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit Süßungsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; aw = glutenhaltiges Getreide; uw = Weizen; nr = Roggen; gb = Gerste; go = Hafer; gs = Dinkel; gk = Kamut; ax = Hybridstämme; ac = Krebstiere; ae = Eier; af = Fische; ap = Erdnüsse; ay = Sojabohnen; am = Milch; an = Schalenfrüchte; sa = Mandeln; sh = Haselnüsse; sw = Walnüsse; sc = Kaschunüsse; sp = Pecannüsse; sr = Paranüsse; st = Pistazien; sm = Macadamianüsse; sq = Queenslandnüsse; bc = Sellerei; bm = Senf; as = Sesam; au = Schwefeldioxid und Sulfite; nl = Lupinen; um = Weichtiere; F = Fisch; G = Geflügel; R = Rind; S = Schwein

Unser Speiseplan enthält  
 ausgewählte **BIO-Produkte**  
 aus kontrolliert ökologischem  
 Landbau. DE-ÖKO-070



## Kita Falkenberger Str.

# Speisenplan für die Woche vom 21.11.2022 bis 25.11.2022

### Montag, 21.11.2022

Mittag: Gemüsefrikadelle und **BIO Erbsengemüse** in Tomatensoße, dazu **BIO Vollkornreis** und **BIO Reibekäse** (aw, uw, ae, am)

Nachspeise:

Vesper: Filinchen mit Butter und Honig, dazu Banane (aw, uw, am)



### Dienstag, 22.11.2022

Mittag: Kräuter-Rührei mit **BIO Spinat** und **BIO Salzkartoffeln** (aw, uw, ae, am)

Nachspeise: **BIO Banane**

Vesper: Minibrötchen mit Butter und Käse, dazu Gurke frisch (aw, uw, gb, am)

### Mittwoch, 23.11.2022

Mittag: Rindergulasch mit Zwiebeln, dazu Flanderngemüse (rote und gelbe Möhren, Pastinaken) und **BIO Nudeln** (aw, uw, bc, bm, R)

Nachspeise: **BIO Milchpudding Schoko** (am)

Vesper: Cornflakes mit Naturjoghurt, dazu Birne (aw, gb, am)

### Donnerstag, 24.11.2022

Mittag: vegetarischer Kohlrabi-Karotten-Eintopf, dazu Malzbrötchen (aw, uw, nr, gb, ay, as)

Nachspeise: **BIO Kirschquarkspeise** (am)

Vesper: Mischbrot mit Butter und Geflügelsalami, dazu Gurken Rohkost

### Freitag, 25.11.2022

Mittag: Gebratenes Crispy Seelachsfilet mit Senfsoße, **BIO Möhren-Gemüse** und **BIO Vollkornreis** (aw, uw, af, am, bm, F, 3)

Nachspeise: **BIO Birne**

Vesper: Gemischte Kekse und Banane (aw, uw, ae, am)



**Guten Appetit wünscht das VielfaltMenü-Team!**  
**Änderungen vorbehalten!**

1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit Süßungsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; aw = glutenhaltiges Getreide; uw = Weizen; nr = Roggen; gb = Gerste; go = Hafer; gs = Dinkel; gk = Kamut; ax = Hybridstämme; ac = Krebstiere; ae = Eier; af = Fische; ap = Erdnüsse; ay = Sojabohnen; am = Milch; an = Schalenfrüchte; sa = Mandeln; sh = Haselnüsse; sw = Walnüsse; sc = Kaschunüsse; sp = Pecannüsse; sr = Paranüsse; st = Pistazien; sm = Macadamianüsse; sq = Queenslandnüsse; bc = Sellerei; bm = Senf; as = Sesam; au = Schwefeldioxid und Sulfite; nl = Lupinen; um = Weichtiere; F = Fisch; G = Geflügel; R = Rind; S = Schwein

Unser Speiseplan enthält  
 ausgewählte **BIO-Produkte**  
 aus kontrolliert ökologischem  
 Landbau. DE-ÖKO-070



## Kita Falkenberger Str.

# Speisenplan für die Woche vom 28.11.2022 bis 30.11.2022

### Montag, 28.11.2022

Mittag: **BIO Kräuterquark** mit **BIO Salzkartoffeln** (am)  
 Nachspeise: **BIO Tomatenrohkost**  
 Vesper: Brötchen mit Butter, dazu Geflügelwiener und Gurke (aw, uw, gb, am, bc, R, G, 3, 7, 15)

### Dienstag, 29.11.2022

Mittag: **BIO Grießbrei** mit **BIO Kirschkompott**, dazu **BIO Möhrencremesuppe** (Vorsuppe) (aw, uw, am)  
 Nachspeise: **BIO Gurken-Rohkost**  
 Vesper: Wraps mit Frischkäse, Eisbergsalat, Tomate und Putenbruststreifen (aw, uw, am, G)

### Mittwoch, 30.11.2022

Mittag: Putenbratwurst mit **BIO Mischgemüse** (Erbsen, Möhren, Bohnen, Blumenkohl), Currysoße und **BIO Vollkornreis** (G, R, 7, 23, aw, uw, bc, bm)  
 Nachspeise: **BIO Erdbeerquarkspeise** (am)  
 Vesper: Knoppers und Banane (aw, uw, ap, ay, am, an, sh)

### Donnerstag,

Mittag:  
 Nachspeise:  
 Vesper:



### Freitag,

Mittag:  
 Nachspeise:  
 Vesper:

**Guten Appetit wünscht das VielfaltMenü-Team!**  
**Änderungen vorbehalten!**

1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antiodidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit Süßungsmittel;  
 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; aw = glutenhaltiges Getreide; uw = Weizen; nr = Roggen; gb = Gerste;  
 go = Hafer; gs = Dinkel; gk = Kamut; ax = Hybridstämme; ac = Krebstiere; ae = Eier; af = Fische; ap = Erdnüsse; ay = Sojabohnen;  
 am = Milch; an = Schalenfrüchte; sa = Mandeln; sh = Haselnüsse; sw = Walnüsse; sc = Kaschunüsse; sp = Pecannüsse; sr = Paranüsse;  
 st = Pistazien; sm = Macadamianüsse; sq = Queenslandnüsse; bc = Sellerei; bm = Senf; as = Sesam; au = Schwefeldioxid und Sulfite  
 nl = Lupinen; um = Weichtiere; F = Fisch; G = Geflügel; R = Rind; S = Schwein

Unser Speiseplan enthält  
 ausgewählte **BIO-Produkte**  
 aus kontrolliert ökologischem  
 Landbau. DE-ÖKO-070

