

## Speisenplan für die Woche vom 30.10.2023 bis 03.11.2023

### Montag, 30.10.2023

- Mittag: Bunttes Eierragout mit Spargel, Karotten, Erbsen & Salzkartoffeln (V, aw, uw, ae, am, bc, bm)  
Nachspeise: Vanillepudding (am)  
Vesper: Knuspermüsli mit Milch & Obst-Gemüsemix (8, aw, uw, gb, go, am)

### Dienstag, 31.10.2023

- Mittag: Leichter Grießbrei mit Sauerkirschen (V) | Brokkolisüppchen (Vorsuppe) (aw, uw, am)  
Nachspeise: Kohlrabi Rohgemüse  
Vesper: 1/2 Brötchen mit Butter, Frikadelle & Ketchup | Obst-Gemüsemix (aw, uw, gb, ae, am, S, R, 2, 25, 23)

### Mittwoch, 01.11.2023

- Mittag: Makkaroni mit Jagdwurst in Tomaten-Basilikum-Soße & geriebenem Käse (aw, uw, am, bc, bm, , 3, 7, 15, 23, S)  
Nachspeise: Gurkensalat  
Vesper: Vollkornsandwich mit Butter & Pflaumenmus | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am)



### Donnerstag, 02.11.2023

- Mittag: Kartoffelsüppchen mit Wiener Würstchen, Möhren, Sellerie & Lauch (am, bc, bm, 3, 15, R, S)  
Nachspeise: Erdbeerquark (am)  
Vesper: 1/2 Brötchen mit Butter & Bierschinken | Obst-Gemüsemix (aw, uw, gb, am, 3, 7, 15, S)

### Freitag, 06.10.2023

- Mittag: Wildlachsblognese mit Tomaten, Paprika & Gabelspaghetti (F, aw, uw, am, bc, af)  
Nachspeise: Karotten-Apfel-Salat (3)  
Vesper: 1/2 Brötchen mit Butter & Putenbierschinken | Obst-Gemüsemix (aw, uw, gb, am, G, 3, 7, 8, 15)

**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; ml = Allergen Lactose; 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



## Speisenplan für die Woche vom 06.11.2023 bis 10.11.2023

### Montag, 06.11.2023

Mittag: Grüne-Bohnen-Eintopf mit Sellerie, Karotten, Porree, Kartoffeln & Vollkornbrot (aw, uw, nr, am, 3, 23, V)  
Nachspeise: Joghurt mit Honig (am)  
Vesper: Vollkorntoast mit Butter & Pflaumenmus | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am)

### Dienstag, 07.11.2023

Mittag: Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren & geschältem Langkornreis (G, am, bm, 1)  
Nachspeise: Rettich-Apfel-Salat (3)  
Vesper: Baguette mit Butter & Teewurst | Obst-Gemüsemix (aw, uw, nr gb, ay, am, S)

### Mittwoch, 08.11.2023

Mittag: Kräuterspätzle & Rahmgemüse (Möhre, Blumenkohl, Mais) Reibekäse (aw, uw, ae, am)  
Nachspeise: Banane  
Vesper: Schoko-Pudding | Löffelbiskuit und Rohgemüsemix (aw, uw, ae, am)

### Donnerstag, 09.11.2023

Mittag: Königsberger Klops mit Kapernsoße & Salzkartoffeln (S, R, am, ae, 23)  
Nachspeise: Schokopudding (am)  
Vesper: Mischbrot mit Kalbsleberwurst | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am, nr, 3, 8, 15, S, R)



### Freitag, 10.11.2023

Mittag: Muschelnudeln mit Spinatsoße & geriebenem Käse (V, aw, uw, am)  
Nachspeise: Chinakohlsalat  
Vesper: 2 Eierkuchen (kalt) mit Apfelmus | Obst-Gemüsemix (aw, uw, ae, am, 3, V)

**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; ml = Allergen Lactose; 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



## Speisenplan für die Woche vom 13.11.2023 bis 17.11.2023

### Montag, 13.11.2023

Mittag: Nudelpfanne "Balkan Art" mit Tomatensoße & Feta (V, aw, uw, ae, am, 23)  
Nachspeise: Grießpudding (am)  
Vesper: Weizenpops mit Milch | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am, 8)



### Dienstag, 14.11.2023

Mittag: Gebackene Geflügelfrikadelle mit Rahmsoße, Rotkohl & Salzkartoffeln (G, aw, uw, ae, am, bm, 3))  
Nachspeise: Birnenkompott  
Vesper: 1/2 Kürbiskernbrötchen mit Butter & Aprikosenkonfitüre | Rohgemüsemix (aw, uw, gb, am)

### Mittwoch, 15.11.2023

Mittag: Vegetarischer Möhre Eintopf mit Kartoffeln, Petersilie & Roggen-Vollkornbrot (aw, uw, nr, bc, 23, V)  
Nachspeise: Banane  
Vesper: Paprika- & Gurkensticks mit Kräuterquark-Dip | Knäckebrot & Butter (aw, nr, am, 23)

### Donnerstag, 16.11.2023

Mittag: Hefeklöße mit Vanillasoße (V) | Kartoffelsuppe (Vorsuppe) (aw, uw, ae, am, bc, 23)  
Nachspeise: Karottensticks Rohgemüse  
Vesper: Mischbrot mit Butter & 1/2 Wiener | Obst-Gemüsemix (aw, uw, nr, am, 3, 7, 15, S)

### Freitag, 17.11.2023

Mittag: Wildlachspfanne mit Tomaten, Paprika, Zucchini, grüne Bohnen & Makkaroni (F, aw, uw, af)  
Nachspeise: Weißkraut-Möhren-Salat  
Vesper: Kirschsandkuchen | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am, ae, sa, an, 8)

**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; ml = Allergen Lactose; 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



## Speisenplan für die Woche vom 20.11.2023 bis 24.11.2023

### Montag, 20.11.2023

Mittag: Penne Tricolore mit Brokkoli-Frischkäse-Soße (aw, uw, ae, am, 1, 2, 23, V)  
Nachspeise: Vanillapudding (am)  
Vesper: Mischbrot mit Butter & Putenbierschinken | Obst-Gemüsemix (aw, uw, nr, am, 3, 7, 15, G)

### Dienstag, 21.11.2023

Mittag: Gebackener Apfel-Möhren-Taler mit Frankfurter Grüne Soße & Kartoffelpüree (aw, gs, am, bm, V)  
Nachspeise: Aprikosenjoghurt (am)  
Vesper: 1/2 Brötchen mit Butter, 1/2Wiener & Ketchup | Rohgemüsemix (aw, uw, gb, ae, 7, 15, S)

### Mittwoch, 22.11.2023

Mittag: Rindergulasch | Apfelrotkohl & Semmelknödel (aw, uw, ae, am, bm, R, 3, 25, 23)  
Nachspeise:  
Vesper: Buttermilchdessert mit Vollkornkeks | Rohgemüsemix (aw, uw, ae, ay, am)



### Donnerstag, 23.11.2023

Mittag: Couscous-Gemüsepfanne mit Möhren, Champignons, Kohlrabi, Paprika & Joghurdip (V, aw, uw, am, 23)  
Nachspeise: Kirschkompott  
Vesper: Weizenmischbrot mit Butter & Butterkäse | Obst-Gemüsemix (aw, uw, nr, am, 8)

### Freitag, 24.11.2023

Mittag: Eieromelette (V) mit Kräutersoße, Kaisergemüse (Möhren, Blumenkohl, Brokkoli) (V) & Salzkartoffeln (am, ae, aw, uw, 23)  
Nachspeise: Apfel  
Vesper: Vollkornbrot mit Butter & gekochtem Ei | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am, ae, nr, 8)

**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; ml = Allergen Lactose; 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



## Speisenplan für die Woche vom 27.11.2023 bis 30.11.2023

### Montag, 27.11.2023

Mittag: Linsenbolognese mit Wurzelgemüse & Spaghetti (aw, uu, bc, 23)  
Nachspeise: Clementine  
Vesper: Weizenpops mit Milch | Obst-Gemüsemix (aw, uw, am, 8)

### Dienstag, 28.11.2023

Mittag: Putengeschnetztes asiatisch süß-sauer | Mie-Nudeln (V, aw, uw, ae, am, G)  
Nachspeise: Joghurt mit Waldbeeren (am)  
Vesper: Roggenbrot mit Butter & Schnittlauchleberwurst | Rohgemüsemix (aw, uw, nr, go, am, 3, 8, 15, S)

### Mittwoch, 29.11.2023

Mittag: Milchreis mit Kirschkompott & Zucker und Zimt (V) | Zucchini-Tomatencremesuppe (Vorsuppe) (aw, uw, am, 3, 23)  
Nachspeise: Gurken Rohgemüse  
Vesper: Vollkornsandwich mit Butter & Edamer | Rohgemüsemix (aw, uw, nr, am)

### Donnerstag, 30.11.2023

Mittag: Falafel "Kichererbsenbällchen" auf Gemüse-Bulgur & Orangen-Paprika-Dip (aw, uw, am, an, sa, bc, 3, 23)  
Nachspeise:  
Vesper: Weißbrot mit Butter und Nuss-Nougat-Creme und Banane (aw, uw, nr, ay, am, an, sa, sh)

### Freitag,

Mittag:  
Nachspeise:  
Vesper:



©www.ClipartFree.de

**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; ml = Allergen Lactose; 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

