

Speiseplan Kita + Schule

KW 36 31.08.26 - 04.09.26

GREEN TIMES
Greeny Gutes Essen für
Kitas und Schulen



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1		BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)
Vorspeise 2	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se		Knabberstreifen	Tomatensalat in Balsamico-Olivenöl-	Karotten-Apfel-Salat mit Dressing
Vorspeise 3					
Menü A	Vollkornnudeln G,M mit Gemüse-Tomatenrahmsoße G,M,Se und Reibekäse M	Panierte Geflügelschnitzel E,G mit Salzkartoffeln und Kohlrabi in Rahm (BIO-Kohlrabi*) G,M,Se	Chili Con Carne (Mexikanischer Rinderhackfleisch-Eintopf) Se,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*)	Fischfrikadelle mit Lachs G,M,F, dazu Reis Se und Schnittlauchsoße G,M	Rindswurst 2,3 mit Kartoffelpüree M
Menü B	Pizzaschnitte à la Margherita G,M	Quinoa-Karotten-Puffer (aus BIO-Quinoa*) E,G mit Ebly G und heller Rahmsoße G,M,Se	Kartoffelcremesuppe (mit BIO-Gemüse*) (püriert) G,M,Se mit Vollkornbrötchen G	Vegetarische Ravioli E,G,M mit Tomatenpaprika-Rahmsoße G,M,Se	Kartoffel-Gemüse-Taler E,G,Se mit Kräuterquark (aus BIO-Quark*) M
Menü C		Vegetarisches Schnitzel E,G,Se,Sf,Sj,Hf mit Salzkartoffeln und Kohlrabi in Rahm (BIO-Kohlrabi*) G,M,Se		Lachswürfel in Schnittlauchsoße G,L,M mit Reis Se + extra Soße G,M	Vegetarische Bratwurst E,G,M,Se,Sf,Sj,Hf mit Kartoffelpüree M
Beilage		Kohlrabi in Rahm (BIO-Kohlrabi*) G,M,Se	Vollkornbrötchen G		Blumenkohl (BIO-Blumenkohl*) M,Se
Dessert 1			Pfirsichjoghurt M		
Dessert 2	Vanillepudding M		Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn	BIO-Wassereis*	BIO-Wassereis*

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen. Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.

Speiseplan Kita + Schule

KW 37 07.09.26 - 11.09.26

GREEN TIMES
Greeny Gutes Essen für
Kitas und Schulen



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1		BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)
Vorspeise 2	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Blattsalat mit Karotte und Mais, dazu Dressing	Weißkrautsalat		Knabberstreifen
Vorspeise 3		Karottengemüse M,Se			
Menü A	Tomatencremesuppe (püriert) G,M mit Vollkornbrötchen G,Sm und Mozzarellawürfeln M	Cevapcici (Rind) E,G,Sf mit Kartoffelpüree M	Geflügelgeschnetzeltes nach "Gyros Art" in heller Soße G,M mit Reis Se	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit vegetarischer Bolognese (mit BIO- Gemüsewürfeln*)	Fischstäbchen E,G,F mit Salzkartoffeln und hausgemachter Remouladensoße E,G,M,Sl
Menü B	Milchreis (mit BIO-Milch*) M mit Zimt & Rohrzucker	Vegetarisches Börek E,G,M mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Tzatziki M	Halber Maiskolben mit Salzkartoffeln und Sour Cream M	Blumenkohlcremesuppe (aus BIO-Blumenkohl*) (püriert) G,M mit Brötchen G	Zucchini-Dill-Puffer E,G mit Reis (BIO-Reis*) Se und Kräutersoße (BIO-Milch*) G,M,Se
Menü C	Bunte Pasta E,G,M mit Karotten-Cremesoße (aus BIO-Karotte*) G,M,Se	Cevapcici (Rind) E,G,Sf mit Kartoffelsalat Se und Ketchup 2	Sojageschnetzeltes nach "Gyros Art" in heller Soße G,M,Sj,Hf mit Reis Se		
Beilage	Tomatencremesüppchen G,M,Se		Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se	Brötchen G	Erbsengemüse (BIO- Erbsen*) M,Se,Hf
Dessert 1		Apfelmus 2			
Dessert 2	Kirschgrütze G	Grießpudding G,M	Haferkekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn		Vanille-Joghurt-Creme (aus BIO-Joghurt*) M,4

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen. Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.

= Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)

= Besonders geeignet für Kinder unter 3 Jahren

*Bio-Speisen und *Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021

Speiseplan Kita + Schule

KW 38 14.09.26 - 18.09.26



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1		BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)
Vorspeise 2	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Knabberstreifen		Gurkensalat mit Dill-Dressing M,Sf	Blattsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se
Vorspeise 3	Maisgemüse M,Se		Kohlrabi-Karottengemüse (aus BIO-Kohlrabi*) M		Grüne Bohnen M,Se,Hf
Menü A	Geflügelbratwurst 2,3 mit Kartoffelpüree M	Pasta G,M mit Tomatenpaprikasoße G,Se und Feta zum Streuen M	Backfisch E,G,F mit Salzkartoffeln und Dill-Rahmsoße G,M	Brokkolicremesuppe (aus BIO-Brokkoli*) (püriert) G,M,Se mit Vollkornbrot G	Geflügelspieß mit Reis se und fruchtiger Currysoße G,M
Menü B	Rote Linsensuppe (aus BIO-Linsen*) (püriert) G,Hf mit Brötchen G	Vegetarische Hackbällchen (auf Pilzbasis) G mit Reis (BIO-Reis*) se und Joghurtsoße (aus BIO-	Gemüsecroketten G,Se,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Gemüse-Tomatensoße G,Se	Vegetarische Tortellini E,G,M mit heller Rahmsoße G,M,Se	Grüne Soße E,G,M,Sf mit Salzkartoffeln und gekochtem Ei E
Menü C	Vegetarische Bratwurst E,G,M,Se,Sf,Sj,Hf mit Kartoffelpüree M	Vegetarische Hackbällchen (auf Pilzbasis) G mit Reis (BIO-Reis*) se und Tomatenpaprikasoße G,Se	Lachswürfel in Dill-Rahmsoße G,L,M mit Salzkartoffeln + extra Soße G,M		Hähnchenfleisch-Streifen aus der Keule in Tomaten-Rahmsoße G,M mit Reis se
Beilage	Brötchen G		Tomaten-Mozzarella-Salat E,M,Sf	Vollkornbrot G	gebutterter Romanesco M,Se
Dessert 1		Apfelquark M,2	Getrocknete Obstmischung Sw		
Dessert 2	BIO-Wassereis*	Haselnuss-Waffel G,Hn,M,Sj	BIO-Wassereis*		Schokopudding M

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milchzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnusserzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen
Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.

= Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)

= Besonders geeignet für Kinder unter 3 Jahren

*Bio-Speisen und *Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021

Speiseplan Kita + Schule

KW 39 21.09.26 - 25.09.26

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Jeden Tag möglich: Rohkost und Stückobst online bestellbar					
Vorspeise 1		BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)	BIO-Rohkost (10 Portionen)
Vorspeise 2	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Knabberstreifen	Karotten-Apfel-Salat	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Knabberstreifen
Vorspeise 3					Erbsengemüse M,Se,Hf
Menü A	Herbstgemüsecremesuppe (püriert) G,M mit Vollkornbrötchen G,Sm	Fischfilet Bordelaise E,G,F mit Reis se und Kräutersoße G,M,Se	Rührei E,M,Se mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO-Spinat*) G,M	Pasta G,M mit Rinder-Bolognese G,Se und Reibekäse M	Hühnerfrikassee G,M,Se mit Reis se und Erbsengemüse M,Se,Hf
Menü B	Bunte Pasta E,G,M mit Käsesoße G,M,Se	Paprika-Mais-Puffer (aus BIO-Mais & BIO-Paprika) E,G mit Spätzle E,G,M und Tomaten-Rahmsoße (BIO)	Chili sin Carne mit Soja Hack E,G,Se,Sf,Sj,Sm,Hf, dazu Bulgur (BIO-Bulgur*) G	Große Ofenkartoffel mit Kräuterquark (aus BIO-Quark*) M	Zwei ungefüllte Pfannkuchen E,G,M mit Kirschsoße
Menü C		Paniertes Fischfilet E,G,F mit Reis se und Kräutersoße G,M,Se		Pasta G,M mit hausgemachter Ruccola-Pestosoße En,G,Hn,M,Mn,Wn	Karotten-Kokos-Suppe (mit BIO-Karotte*) (püriert) G,M,Se mit Bauernbrot G
Beilage	Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se	Blumenkohl (BIO-Blumenkohl*) M,Se			Karotten-Kokos-Süppchen (BIO-Karotte*) G,M,Se
Dessert 1		Kirschjoghurt M			
Dessert 2	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn		Fruchtpudding M	

Enthält: (Deklaration nur, wenn Zutat nicht aus der Speisekarte ersichtlich ist) **M** = Milch und Milcherzeugnisse, **G** = glutenhaltiges Getreide, **Gw** = Weizen, **Gh** = Hafer, **Gr** = Roggen, **Gg** = Gerste, **Gd** = Dinkel, **Gk** = Grünkern, **E** = Ei und Eierzeugnisse, **En** = Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, **Sj** = Soja und Sojaerzeugnisse, **Se** = Sellerie und Sellerieerzeugnisse, **Mn** = Mandel und Mandelerzeugnisse, **Hn** = Haselnuss und Haselnerzeugnisse, **Sm** = Sesam und Sesamerzeugnisse, **F** = Seelachs, Dorsch o. Hecht, **Sl** = Seelachs, **L** = Lachs, **Sf** = Senf und Senferzeugnisse, **Sw** = Schwefeldioxid u. Sulfite, **Hf** = Hülsenfrüchte, **Wn** = Walnüsse und Walnusserzeugnisse, **(1)** enthält Schweinefleisch, **(2)** mit Antioxidationsmittel, **(3)** mit Konservierungsstoffen, **(4)** mit natürlichen Farbstoffen. Spuren aller genannten Allergene können in jeder Speise enthalten sein.



= Empfehlung der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)



= Besonders geeignet für Kinder unter 3 Jahren



*Bio-Speisen und *Bio-Zutaten in Speisen kontrolliert durch Grünstempel DE-ÖKO-021