Speiseplan Kita + Schule

KW 44 26.10.26 - 30.10.26

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, Mais und Dressing E,G,M,Sf,Se	Gurkensalat mit Dill-Dressing M,Sf	Knabberstreifen
Vorspeise 3	Karottengemüse M,Se	gebutterter Romanesco M,Se	Erbsengemüse (BIO-Erbsen*) M,Se,Hf		
Menü A	Geflügel-Cevapcici E,G,Se,Sf mit Kartoffelpüree M und Karottengemüse M,Se	Pasta G,M mit Lachssahnesoße G,L,M,Se	Panierte Geflügelschnitzel E,G mit Reis Se und heller Rahmsoße G,M,Se	Vegetarische Lasagne mit Gemüse G,M,Se	Kidneybohnen-Taler G,M,Se,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Sour Cream M
Menü B	Gemüsekroketten G,Se,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Tomaten-Rahmsoße (BIO-Tomate*) M,Se	Herbstgemüsecremesuppe (püriert) G,M mit Brötchen G	Veggie-Frikadelle (mit BIO-Tofu*) E,G,Se,Sj,Hf mit Salzkartoffeln und Kräuterquark (aus BIO-	Brokkolicremesuppe (aus BIO-Brokkoli*) (püriert) G,M,Se mit Vollkornbrötchen G	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit Gemüse-Tomatenrahmsoße G,M,Se und Reibekäse M
Menü C	Gemüsekroketten G,Se,Hf mit Kartoffelpüree M und Karottengemüse M,Se	Pasta G,M mit Sahnesoße G,M,Se	Sellerieschnitzel G,Se mit Reis Se und heller Rahmsoße G,M,Se		Kidneybohnen-Taler G,M,Se,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Gemüse-Tomatenrahmsoße M,Se
Beilage		Brötchen G		Vollkornbrötchen G	
Dessert 1	Joghurt M mit Beerensoße	Getrocknete Obstmischung Sw	Obst	Pfirsichjoghurt M	Obst
Dessert 2		Vanillepudding M	Haselnuss-Waffel G,Hn,M,Sj	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Haferkekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn

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, **(5)** mit Süßstoffen, **(6)** mit Verdickungsmitteln, 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**

Green Times - Foodservice Catering GmbH Dieselstraße 21 61184 Karben Tel.: 069/77076056 Fax: 069/5095281055 Mail: info@greentimes.de www.greentimes.de

Speiseplan Kita + Schule

KW 45 02.11.26 - 06.11.26

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 Dressing E,G,M,Sf,Se	Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Gurkensalat mit Dill-Dressing M,Sf	Knabberstreifen
Vorspeise 3			Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se		Spitzkohlgemüse in Rahm G,M,Se
Menü A	Hähnchenbrust G mit Reis Se und buntem Ratatouille (Gemischtes Gemüse mit Tomate)	Rührei E,M,Se mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO-Spinat*) G,M	Pasta G,M mit Putenschinken-Soße G,M,Se,2,3	Fischstäbchen E,G,F mit Salzkartoffeln und hausgemachter Remouladensoße E,G,M,Sf	Rindergulasch G,Se,Sf mit Reis Se
Menü B	Stückiger Kartoffeleintopf Se mit Vollkornbrötchen G	Pizzaschnitte à la Margherita G,M	Falafeltaler (aus BIO-Kichererbsen*) E,G,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Gemüse-Tomatensoße G,Se	Zwei ungefüllte Pfannkuchen E,G,M mit Kirschsoße	Spätzle E,G,M mit Linsenbolognese (aus BIO-Linsen* und BIO-Gemüse*) Se,Hf
Menü C	Hirse-Käse-Taler E,G,M mit Reis Se und buntem Ratatouille (Gemischtes Gemüse mit Tomate)		Pasta G,M mit Brokkoli-Rahm-Soße (püriert) (mit BIO-Brokkoli*) G,M,Se	Kürbiscremesuppe (mit BIO-Kürbis*) (püriert) G,M mit Bauernbrot G	Champignon-Rahmpfanne G,M mit Reis Se
Beilage	Vollkornbrötchen G			Kleines Kürbissüppchen (mit BIO-Kürbis*) G,M	
Dessert 1	Joghurt M mit Schokostreusel M	Obst	Obst	Fruchtquark M	Obst
Dessert 2	Obst	Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn	Grießpudding G,M	Obst	Vanille-Joghurt-Creme 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, **(5)** mit Süßstoffen, **(6)** mit Verdickungsmitteln, 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**

Green Times - Foodservice Catering GmbH Dieselstraße 21 61184 Karben Tel.: 069/77076056 Fax: 069/5095281055 Mail: info@greentimes.de www.greentimes.de

Speiseplan Kita + Schule

KW 46 09.11.26 - 13.11.26

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	Karotten-Apfel-Salat		Eisbergsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Gurkensalat mit Dill-Dressing M,Sf (separat)
Vorspeise 3		Kohlrabi-Karottengemüse (aus BIO-Kohlrabi*) M	Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se	Wirsinggemüse in Rahm G,M,Se	Maisgemüse M,Se
Menü A	Erbsencremesuppe (BIO-Erbsen*) (püriert) G,M,Se,Hf mit Vollkornbrötchen G	Geflügelbratwurst 2,3 mit Kartoffelpüree M	Chicken-Burger (Geflügel) G,Sm mit Salat und Tomate, dazu Ketchup 2	Paniertes Fischfilet E,G,F mit Reis Se und Dill-Rahmsoße G,M	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit Spinat-Frischkäsesoße (mit BIO-Spinat*) G,M
Menü B	Vegetarisches Börek E,G,M mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und Tzatziki M	Kartoffelgratin G,M,Se mit Kohlrabi-Karottengemüse (aus BIO-Kohlrabi*) M	Bunte Pasta E,G,M mit Käsesoße G,M,Se, dazu Brokkoli (BIO-Brokkoli*) M,Se	Quinoa-Karotten-Puffer (aus BIO-Quinoa*) E,G mit Ebly G und Zucchini-Tomatensoße (mit BIO-Zucchini) G,Se	Große Ofenkartoffel mit Kräuterquark (aus BIO-Quark*) M
Menü C		Vegetarische Bratwurst E,G,M,Se,Sf,Sj,Hf mit Kartoffelpüree M	Veggie-Burger G,M,Sf,Sj,Sm,Hf mit Salat und Tomate, dazu Ketchup 2	Lachswürfel in Dill-Rahmsoße G,L,M mit Reis Se + extra Soße G,M	
Beilage	Erbsencremesüppchen (BIO-Erbsen*) G,M,Se,Hf			Obst	
Dessert 1				Apfelquark M,2	Joghurt M mit Beerensoße
Dessert 2	Müsliriegel E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Wn	Schokopudding M	Kleiner Weckmann E,G,M	Fruchtpudding M	Obst

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, **(5)** mit Süßstoffen, **(6)** mit Verdickungsmitteln, 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

Dieselstraße 21 61184 Karben Tel.: 069/77076056 Fax: 069/5095281055 Mail: info@greentimes.de www.greentimes.de

Speiseplan Kita + Schule

KW 47 16.11.26 - 20.11.26

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		Rote Beete Salat	Blattsalat mit Dressing E,G,M,Sf,Se	Knabberstreifen
Vorspeise 3	Erbsengemüse (BIO-Erbsen*) M,Se,Hf				Kürbisgemüse (BIO-Kürbis*) M,Se
Menü A	Geflügelgeschnetzeltes in Rahm G,M,Se mit Spätzle E,G,M	Fischfilet Bordelaise E,G,F mit Reis Se und Gemüse-Tomatensoße G,Se	Falafelbällchen (pikant) G,Hf mit Bulgur (BIO-Bulgur*) G und heller Rahmsoße G,M,Se	Hühnersuppe mit Karottenwürfelchen Se, dazu eine kleine Reisbeilage Se und	Rinderfrikadelle E,G,Sf mit Kartoffelpüree (mit BIO-Milch*) M
Menü B	Karotten-Kokos-Suppe (mit BIO-Karotte*) (püriert) G,M,Se mit Vollkornbrötchen G	Omelette E,G mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO-Spinat*) G,M	Kaiserschmarrn E,G,M mit Apfelmus (BIO*) 2	Pasta (BIO-Nudeln*) E,G,M mit Tomaten-Rahmsoße G,M,Se und Reibekäse M	Paprika-Mais-Puffer E,G mit Reis Se und Sour Cream M
Menü C	Sojageschnetzeltes in Rahm G,M,Sj,Hf mit Spätzle E,G,M	Backfisch E,G,F mit Salzkartoffeln und Rahmspinat (mit BIO-Spinat*) G,M	Wintergemüsecremesuppe (püriert) G,M,Se mit Vollkornbrot G		Rinderhackbällchen mit Kartoffelpüree (mit BIO-Milch*) M
Beilage			Wintergemüsecremesüppchen G,M,Se	Brötchen G	
Dessert 1	Obst	Obst		Getrocknete Apfelringe Sw,2	Kirschjoghurt M
Dessert 2	Rote Grütze 3 mit Vanillesoße M,4	Schoko-Kekse E,En,G,Hn,M,Mn,Sj,Sm,Hf,Wn	Obst	Milchreis M mit Zimt & Rohrzucker	Haselnuss-Waffel G,Hn,M,Sj

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, **(5)** mit Süßstoffen, **(6)** mit Verdickungsmitteln, 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**

Green Times - Foodservice Catering GmbH Dieselstraße 21 61184 Karben Tel.: 069/77076056 Fax: 069/5095281055 Mail: info@greentimes.de www.greentimes.de