

**Rote Beete gehört zu den Rüben und ist ein Wintergemüse. Sie enthält viel Eisen. Das brauchen wir u.a für die Bildung von unserem Blut.**

7. KW		10.02.2025	Anzahl	11.02.2025	Anzahl	12.02.2025	Anzahl	13.02.2025	Anzahl	14.02.2025	Anzahl
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 Rindfleischbolognese  (Möhren, Sellerie und Lauch)	240	 weißer Bohneneintopf  (Möhren, Sellerie, Lauch)		 Kartoffel Kroketten 	290	 Tomaten-Reis-Auflauf  (Tomate, Erbsen, Mais) mit Gemüse und Mozzarella überbacken		 Fischfrikadelle  (Seelachs)	240	
	Vollkorn Farfalle	290	Fladenbrot		Sauerrahmdip 	290	Tomatensauce		BIO Schnittlauchdip	290	
	geriebener Hartkäse	290	Graubrot		Rote Beete Salat 	150	Blattsalat		Kartoffelecken	290	
	Krautsalat (Öl&Essig)	150							Blattsalat	150	
Menü II vegetarisch	 vegetarische Bolognese  (Soja)	50	 Semmelknödel 		 vegetarisches Steak  (Milch, Ei, Weizen)	290	 gefüllte Gnocchi  mit Kräuterpesto	290	 Gemüse "Donut"  (Dinkel, Erbsen, Broccoli)	50	
	Vollkorn Farfalle		Käsesauce		Kräutersauce		Tomatensauce	290	BIO Schnittlauchdip		
	geriebener Hartkäse		Möhrensalat (Öl&Essig)		Kartoffeln		Blattsalat	150	Kartoffelecken		
	Krautsalat (Öl&Essig)				Blattsalat				Blattsalat		
Menü III	 Vollkorn Fusilli 		 Penne 	290	 Rigatoni 		 bunte Schleifennudeln 		 Tortellini  (Käsefüllung)		
	helle Basilikumsauce		Käsesauce	290	helle Erbsensauce		Tomatenrahmsauce		helle Schnittlauchsauce		
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	290	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
	Krautsalat (Öl&Essig)		Möhrensalat (Öl&Essig)	150	Blattsalat		Blattsalat		Blattsalat		
Dessert	 Obst/Gemügesticks	290	 Obst/Gemügesticks	290	 Obst/Gemügesticks	290	 Vanillepudding	290	 Obst/Gemügesticks	290	
Salatsauce Auswahl					Balsamicodressing		Balsamicodressing		Balsamicodressing	150	
					Frenchdressing		Frenchdressing	150	Frenchdressing		
					Joghurtdressning		Joghurtdressning		Joghurtdressning		
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		



## Romanesco gehört zum Kohl und hat seinen Ursprung in Rom



8. KW		17.02.2025 Montag	Anzahl	18.02.2025 Dienstag	Anzahl	19.02.2025 Mittwoch	Anzahl	20.02.2025 Donnerstag	Anzahl	21.02.2025 Freitag	Anzahl	
<b>Menü I</b>		<b>Putengulasch</b> mit Paprikastreifen	240	<b>Linseneintopf</b> Kartoffeln, Möhren, Lauch	290	<b>vegane Nürnberger</b> <small>(Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen)</small>	290	<b>Kartoffeltaschen</b> Frischkäse-Kräuterfüllung	290	<b>gebratenes Wildlachsfilet</b>	240	
		Vollkorn Penne	290	Fladenbrot	145	Kartoffelpüree	290	Tomatendip	290	Dill-Senfsoauce	240	
		Maissalat (Öl&Essig)	150	Graubrot	145	Sauerkraut	200	Blattsalat	150	BIO Kartoffeln	240	
						<b>vegetrische Bratensauce</b>		290			Blattsalat	
<b>Menü II vegetarisch</b>		<b>Bohnengulasch</b> <small>(weiße Riesenbohnen, Kidneybohnen, Brechbohnen)</small>	50	<b>Romanesco Nudelauflauf</b> in heller Sauce		<b>warmer Grießbrei</b>		<b>vegetarische Frikadelle</b> <small>(Weizen)</small>		<b>kleine Kartoffeln mit Schale</b>	50	
		Vollkorn Penne		Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)		heiße Kirschen		BIO Reis		Kräuter-Dip	50	
		Maissalat (Öl&Essig)				Zimt & Zucker		Sahne- Gurkensalat		Blattsalat		
<b>Menü III</b>				<b>Fusilli</b>		<b>feine Bandnudeln</b>		<b>Ravioli</b> mit Gemüsefüllung <small>(Spinat, Zucchini, Tomaten)</small>		<b>bunte Farfalle</b>		
				helle Zucchini-sauce		helle Pestosauce		Tomatensauce		helle Paprikasauce		
				geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		
				Apfel-Möhrensalat (Öl&Essig)	150	Blattsalat		Blattsalat		Blattsalat		
<b>Dessert</b>	<b>Obst/Gemüesticks</b>	290	<b>Obst/Gemüesticks</b>	290	<b>Obst/Gemüesticks</b>	290	<b>Knusper Joghurt</b>	290	<b>Obst/Gemüesticks</b>	290		
<b>Salatsauce Auswahl</b>							Frenchdressing		Frenchdressing		Frenchdressing	
							Italiandressing		Italiandressing		Italiandressing	
							Joghurtdressing		Joghurtdressing	150	Joghurtdressing	
<b>Sonderkost</b>							Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
							Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
							Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
							Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
							Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

 **Quinoa gehört zu sogenannten Pseudogetreiden weil es kein echtes Getreide ist. Er schmeckt nussig und leicht herb.** 



Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

## KGS Erlenweg

 Geflügelfleisch
 Rindfleisch
 vegetarisch
 Fisch



9. KW	24.02.2025		25.02.2025		26.02.2025		27.02.2025		28.02.2025					
	Montag	Anzahl	Dienstag	Anzahl	Mittwoch	Anzahl	Donnerstag	Anzahl	Freitag	Anzahl				
Menü I	 <b>Quinoa-Erbsen Bratling</b> 		 <b>Kartoffelsuppe</b>  (Lauch, Möhren, Sellerie)	290	 <b>Rinder Cevapcici</b> 	240	 <b>Erbseintopf</b>  (Sellerie, Möhre, Lauch)		 <b>Tintenfisch Ringe</b> 	45				
	helle Kräutersauce		Weißbrotwürfel	100	Tzaziki	290		Zitronen-Knoblauch Mayonnaise	45					
	Vollkornnudeln		Fladenbrot	100	Reis	290	Fladenbrot		Kartoffeln	45				
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)		Graubrot	90	Krautsalat (Öl&Essig)	150	Graubrot		Blattsalat	30				
Menü II vegetarisch	Bratkartoffeln 		 <b>Kartoffel- Blumenkohlaufauf</b> 		 <b>Linsenbällchen</b> 	50	 <b>Nudelsalat</b>  (Eier, Gewürzgurke, Paprika, Mayonnaise)	290	 <b>Gnocchi-Spinataufauf</b>  mit Tomatenwürfel	15				
	vegetarische Thymainsauce 			Currydip				Fladenbrot		290	Blattsalat			
	Wirsing in Rahm 		Möhrensalat (Öl&Essig)		Reis									
Menü III	<b>Vollkorn Penne</b> 	290	 <b>Ravioli</b>  (Käsefüllung)		 <b>BIO Spaghetti</b> 		 <b>Girandole Nudeln</b>  mediterane Gemüsesauce (Tomaten, Zucchini, Paprika)		 <b>Orecchiette</b>  helle Broccolisauce					
	Champignonrahmsauce	290		Tomaten-Paprikasauce				gelbe Zucchini-sauce			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	geriebener Hartkäse	290		geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	weißer Riesenbohnsalat (Öl&Essig)	150		Möhrensalat (Öl&Essig)				Krautsalat (Öl&Essig)			Blattsalat	150	Blattsalat	
Dessert	 <b>Obst/Gemügesticks</b>	290	 <b>Obst/Gemügesticks</b>	290	 <b>Obst/Gemügesticks</b>	290	 <b>Mini Berliner</b>	290	 <b>BIO Banane</b>	60				
Salatsauce Auswahl							Americandressing		Americandressing	30				
							Frenchdressing	150	Frenchdressing					
							Italiandressing		Italiandressing					
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei					
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei					
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei					
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei					
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei					



Der Name Hot Dog stammt aus dem Deutschen. Früher wurden Würstchen auch Dackel genannt. In Amerika wurde Dackel als Hund (Dog) übersetzt.



10. KW		03.03.2025		04.03.2025		05.03.2025		06.03.2025		07.03.2025	
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I		Anzahl	Käseschnitzel (Milcheiweis)	290	Geflügel Hot Dogs (Hähnchen)	240	Couscous-Gemüse-Pfanne (Kichererbsen, Karotten, Blumenkohl)		Wildlachsragout (Broccoli)		Anzahl
			Tomatensauce	290	Ketchup	150	Kräuterdip		Vollkornreis		
			Reis	290	Senf	150	Kartoffelrösti		Gurkensalat (Öl&Essig)		
			grüner Bohnensalat (Öl&Essig)	150	Gewürzgurke	200	Apfelmus				
Menü II vegetarisch		Anzahl	Pfannkuchen "Natur"		vegetarische Hot Dogs (Soja)	50	Bohngemüse		Vollkornnudel-Broccoli-Auflauf in heller Sauce		
			Kirschkompott		Ketchup						
			Zimt & Zucker		Senf						
					Gewürzgurke						
Menü III		Anzahl	Penne				Tortellini Tricolore (Ricotta-Spinat)	290	BIO Vollkorn Spaghetti		
			Tomatensauce		Röstzwiebeln		Kräutersauce	290	helle Broccolisauce		
			geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse	290	geriebener Hartkäse		
			grüner Bohnensalat (Öl&Essig)				Blattsalat	150	Gurkensalat (Öl&Essig)		
Dessert		Obst/Gemüesticks	290	Müsli Riegel	290	Obst/Gemüesticks	290	Obst/Gemüesticks			
Salatsauce Auswahl						Balsamicodressing	150				
						Frenchdressing					
						Joghurtdressing					
Sonderkost			Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		
			Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		
			Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		
			Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		
			Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		

 **Edamame ist eine aus Japan stammende Bohne. Sie wird gerne als Snack in Japan gegessen.** 

 Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.		KGS Erlenweg				Geflügelfleisch Rindfleisch vegetarisch Fisch		 ESSEN FÜR KINDER  nach EU-Die Verordnung DE-ÖKO-006			
		11. KW	10.03.2025	Anzahl	11.03.2025	Anzahl	12.03.2025	Anzahl	13.03.2025	Anzahl	14.03.2025
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
Menü I	 gefüllte Paprikaschote  (Hartweizengrieß, Zwiebeln, Lauch)	290	 rote Linsensuppe  (Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln)		 gebratene Hähnchenbrust 	240	 Edamame Bratling 		 Fischstäbchen  (Seelachs)	240	
	Tomtensauce	290			Ketchup-Paprikasauce	290	Currydip		Remouladensauce	240	
	Vollkornreis	290		Fladenbrot		Kartoffelecken	290	Ebly (Zartweizen)		Salzkartoffeln	290
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)	150		Graubrot		Blattsalat	150	Blattsalat		Rahmspinat	150
Menü II vegetarisch	Zucchini Puffer 		gebratene Kartoffeln 		 vegetarisches Steak  (Milchweiß)	50	Spinatknödel 		Eieromelette 	50	
	Tomatensauce		helle Paprikasauce 		Ketchup-Paprikasauce						
	Vollkornreis		Fingermöhrengemüse 		Kartoffelecken		Käsesauce		Salzkartoffeln		
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)				Blattsalat		Blattsalat		Rahmspinat		
Menü III	Vollkorn Penne 		Ravioli  mit Gemüsefüllung (Spinat, Zucchini, Karotten)	290	 feine Bandnudeln		BIO Fusilli 	290	Farfalle 		
	Tomatenrahmsauce		helle Paprikasauce	290	helle Lachssauce		helle Basilikumsauce	290	Tomaten-Zucchini-sauce		
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	290	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	290	geriebener Hartkäse		
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)		Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)	150	Blattsalat		Blattsalat	150	Blattsalat		
Dessert	 Obst/Gemügesticks	290	 Obst/Gemügesticks	290	 Obst/Gemügesticks	290	 Erdbeerquark	290	 Obst/Gemügesticks	290	
Salatsauce Auswahl					Americandressing		Americandressing	150	Americandressing		
					Italiandressing		Italiandressing		Italiandressing	150	
					Joghurtdressing	150	Joghurtdressing		Joghurtdressing		
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		
	Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		



Lachs gehört zu den sogenannten Fettfischen und sind reich an Omega 3 Fettsäuren. Diese sind wichtig für deine Gehirnentwicklung.



12. KW		17.03.2025		18.03.2025		19.03.2025		20.03.2025		21.03.2025	
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	<b>Hähnchengeschnetzeltes</b>	240	<b>Möhren-Süßkartoffelcreme-Suppe</b>	290	<b>Gemüseschnitzel</b>	290	<b>gebratene Reispfanne</b>	290	<b>Nudel-Spinat-Lachsauflauf</b>	240	
	Vollkornreis	290	Fladenbrot	145	Petersiliensauce		(Paprika, Möhre, Lauch)		(Lachs, Spinat)		
	Wachsbrechbohnsalat (Öl&Essig)	150	Graubrot	145	Kartoffelpüree	290	Erdnussauce	290	Blattsalat	150	
Menü II vegetarisch	<b>vegetarisches Geschnetzeltes</b>	50	<b>Gemüseklöpse</b>		Erbсенreis (Risi-Bisi)		<b>Schnibbelbohneentopf</b>		<b>Nudel-Spinat-Tomatenauflauf</b>	50	
	(Mycoprotein) in heller Sauce		Kapernsauce		vegetarische Rahmsauce	290	(Kartoffel, Sellerie, Möhre)		(Spinat, Tomatenwürfel)		
	Vollkornreis		BIO Kartoffeln		Kohlrabigemüse (natur)		Roggen-Vollkornbrot		Blattsalat		
Menü III	<b>Vollkorn Boccolini</b>		<b>Maccaroni</b>		<b>Orecchiette Nudel</b>		<b>bunte Farfalle</b>		<b>Ravioli</b>		
	(kleine Locken Nudeln)		Käsesauce		helle Broccolisauce		Bärlauchsauce		(Käsefüllung)		
	Tomatensauce		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		Tomatenrahmsauce		
Wachsbrechbohnsalat (Öl&Essig)		Rettichsalat mit Petersilie (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat	150	Blattsalat			
Dessert	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	<b>BIO Milchreis</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	
Salatsauce Auswahl					Americandressing		Americandressing	150	Americandressing		
					Balsamicodressing		Balsamicodressing		Balsamicodressing		
					Joghurtdressing	150	Joghurtdressing		Joghurtdressing	150	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		

Tel:0221/670293-52

E-Mail:info@inviassenfuerkinder.de