

**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 <small>(Möhren, Sellerie und Lauch)</small>	240	weißer Bohneneintopf <small>(Möhren, Sellerie, Lauch)</small>		NEU Kartoffel Kroketten	290	Tomaten-Reis-Auflauf <small>(Tomate, Erbsen, Mais) mit Gemüse und Mozzarella überbacken</small>		Fischfrikadelle <small>(Seelachs)</small>	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 <small>(Soja)</small>	50	Semmelknödel		vegetarisches Steak <small>(Milch, Ei, Weizen)</small>	290	gefüllte Gnocchi <small>mit Kräuterpesto</small>	290	Gemüse "Donut" <small>(Dinkel, Erbsen, Broccoli)</small>	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 <small>(Käsefüllung)</small>		
	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	150
<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/Gemügesticks</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290	<b>Knusper Joghurt</b>	290	<b>Obst/Gemügesticks</b>	290
<b>Salatsauce Auswahl</b>						Frenchdressing		Frenchdressing		Frenchdressing	
						Italiandressing		Italiandressing		Italiandressing	
						Joghurtdressing		Joghurtdressing	150	Joghurtdressing	
<b>Sonderkost</b>		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	











































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

9. KW		24.02.2025		25.02.2025		26.02.2025		27.02.2025		28.02.2025				
		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag				
		Anzahl			Anzahl			Anzahl			Anzahl			
Menü I	 <b>Quinoa-Erbsen Bratling</b> 		 <b>Kartoffelsuppe</b>  <small>(Lauch, Möhren, Sellerie)</small>	290	 <b>Rinder Cevapcici</b> 	240	 <b>Erbseintopf</b>  <small>(Sellerie, Möhre, Lauch)</small>		 <b>Tintenfisch Ringe</b> 	45				
	helle Kräutersauce		Weißbrotwürfel	100	Tzaziki	290		Zitronen-Knoblauch Mayonnaise	45					
	Vollkornnudeln		Fladenbrot	100	Reis	290		Kartoffeln	45					
	weißer Riesenbohnsalat <small>(Öl&amp;Essig)</small>		Graubrot	90	Krautsalat (Öl&Essig)	150		Graubrot		Blattsalat	30			
Menü II vegetarisch	Bratkartoffeln 		 <b>Kartoffel- Blumenkohlaufauf</b> 		 <b>Linsnbällchen</b> 	50	 <b>Nudelsalat</b>  <small>(Eier, Gewürzgurke, Paprika, Mayonnaise)</small>	290	 <b>Gnocchi-Spinataufauf</b>  mit Tomatenwürfel	15				
	vegetarische Thymainsauce 			Möhrensalat (Öl&Essig)				Reis			Fladenbrot	290	Blattsalat	
	Wirsing in Rahm 				Krautsalat (Öl&Essig)									
Menü III	<b>Vollkorn Penne</b> 	290	 <b>Ravioli</b>  <small>(Käsefüllung)</small>		 <b>BIO Spaghetti</b> 		 <b>Girandole Nudeln</b>  <small>mediterane Gemüsesauce (Tomaten, Zucchini, Paprika)</small>		 <b>Orecchiette</b>  <small>helle Broccolisauce</small>					
	Champignonrahmsauce	290		Tomaten-Paprikasauce				gelbe Zucchini-sauce						
	geriebener Hartkäse	290		geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	weißer Riesenbohnsalat <small>(Öl&amp;Essig)</small>	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					
		Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl	Anzahl				
Menü I	 <b>Rosenmontag</b> 	 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.	<b>KGS Erlenweg</b>				 Geflügelfleisch  Rindfleisch  vegetarisch  Fisch		 <b>IN VIA</b> ESSEN FÜR KINDER		 <b>BIO</b> nach EG-Öko-Verordnung DE-ÖKO-006				
			 <b>Käseschnitzel</b>  (Milcheiweiß)	290	 <b>Geflügel Hot Dogs</b>  (Hähnchen)	240	 <b>Couscous-Gemüse-Pfanne</b>  (Kichererbsen, Karotten, Blumenkohl)	290	 <b>Wildlachsragout</b>  (Broccoli)						
			Tomatensauce	290	Ketchup	150	Kräuterdip		Vollkornreis						
			Reis	290	Senf	150	Kartoffelrösti 		Gurkensalat (Öl&Essig)						
grüner Bohnensalat (Öl&Essig)		150	Gewürzgurke	200	Apfelmus 		Vollkornnudel-Broccoli-Auflauf in heller Sauce								
Menü II vegetarisch		 <b>Rosenmontag</b> 	 <b>Pfannkuchen "Natur"</b> 	 <b>vegetarische Hot Dogs</b>  (Soja)	50	 <b>Kartoffelrösti</b> 	 <b>Vollkornnudel-Broccoli-Auflauf</b> in heller Sauce								
									Kirschkompott	Gewürzgurke	Bohngemüse 	Gurkensalat (Öl&Essig)			
									Zimt & Zucker	Röstzwiebeln					
									Menü III	 <b>Rosenmontag</b> 	 <b>Penne</b> 			 <b>Tortellini Tricolore</b>  (Ricotta-Spinat)	290
Tomatensauce				Kräutersauce	290	helle Broccolisauce									
geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse	290	geriebener Hartkäse									
grüner Bohnensalat (Öl&Essig)				Blattsalat	150	Gurkensalat (Öl&Essig)									
Dessert	 <b>Rosenmontag</b> 		 <b>Obst/Gemüesticks</b>	290	 <b>Müsli Riegel</b>	290	 <b>Obst/Gemüesticks</b>	290	 <b>Obst/Gemüesticks</b>						
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 DE-ÖKO-006													
						11. KW		11. KW		11. KW		11. KW									
10.03.2025		Anzahl	11.03.2025		Anzahl	12.03.2025		Anzahl	13.03.2025		Anzahl	14.03.2025		Anzahl							
Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag									
Menü I	 gefüllte Paprikaschote  <small>(Hartweizengrieß, Zwiebeln, Lauch)</small>	290	 rote Linsensuppe  <small>(Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln)</small>		 gebratene Hähnchenbrust 	240	 Edamame Bratling 		 Fischstäbchen  <small>(Seelachs)</small>	240		240	240								
	Tomtensauce				Ketchup-Paprikasauce				Currydip						Remouladensauce						
	Vollkornreis		290		Fladenbrot				Kartoffelecken					290	Ebly (Zartweizen)		Salzkartoffeln	290		290	
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)		150		Graubrot				Blattsalat					150	Blattsalat		Rahmspinat	150		150	
Menü II vegetarisch	Zucchini Puffer 		gebratene Kartoffeln 		 vegetarisches Steak  <small>(Milchweiß)</small>	50	 Spinatknödel 		 Eieromelette 	50			50								
	Tomatensauce				helle Paprikasauce 				Ketchup-Paprikasauce						Käsesauce		Salzkartoffeln				
	Vollkornreis				Fingermöhrengemüse 				Kartoffelecken						Blattsalat		Rahmspinat				
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)								Blattsalat												
Menü III	 Vollkorn Penne 		 Ravioli  <small>mit Gemüsefüllung (Spinat, Zucchini, Karotten)</small>	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/Gemüesticks	290	 Obst/Gemüesticks	290	 Obst/Gemüesticks	290	 Erdbeerquark	290	 Obst/Gemüesticks	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>Gemüseklopse</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