

Kohlrabis sind große, runde Knollen mit grünen Blättern oben drauf. Sie können grün oder lila sein und haben eine glatte Haut.

 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			 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  BiO nach EU-Bio-Verordnung DE-ÖKO-006		
39. KW	21.09.26	Anzahl Komponente	22.09.26	Anzahl Komponente	23.09.26	Anzahl Komponente	24.09.26	Anzahl Komponente	25.09.26	Anzahl Komponente		
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag			
<u>Menü I</u>	 Hähnchenstreifen in fruchtiger Currysauce 		 rote Linsensuppe (püriert) 		 Gemüseschnitzel (Blumenkohl, Erbsen, Broccoli) 		 Nudel-Paprika Auflauf in Tomatensauce 		 			
	Vollkomreis		Fladenbrot		Kräutersauce		Blattsalat					
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)											
<u>Menü II Vegetarisch</u>	 vegetarisches Curry (Mykoprotein) 		 		 Kartoffelpüree 		 		 			
					 Champignonrahmsauce 							
	Vollkomreis				 							
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)											
<u>Menü 3</u>	 		 		 		 		 BIO Orecchiette 			
									helle Broccoli-Tomatensauce			
									geriebener Hartkäse			
						 Wachsbreohnensalat (Öl&Essig)			Blattsalat			
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Schokoladenpudding		 Obst/Gemüsesticks			
<u>Salatsauce Auswahl</u>												
<u>Sonderkost bitte hier eintragen!</u>	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			

Lauch ist auch als Porree bekannt. Er hat viele gute Bestandteile, z. B. Vitamin C und Vitamin K. Diese sind gut für die Infekt-Abwehr und für die Knochen.

 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			 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  BIO DE-ÖKO-006		
40. KW	28.09.26	Anzahl	29.09.26	Anzahl	30.09.26	Anzahl	01.10.26	Anzahl	02.10.26	Anzahl		
	Montag	Komponente	Dienstag	Komponente	Mittwoch	Komponente	Donnerstag	Komponente	Freitag	Komponente		
Menü I	mediterrane Nudelpfanne (Paprika, Zwiebeln, Zucchini)		Kürbiscremesuppe		Valess Käseschnitzel (gefüllt mit Gouda Käse)		gebratene Kartoffeln					
					Tomaten-Basilikumsauce		Rahmsauce (vegetarisch)					
			Fladenbrot		Reisnudeln		Lauchgemüse in Rahm					
					Blattsalat							
Menü II Vegetarisch	Gemüsefrikadelle (Möhren, Pastinaken, Erbsen)		Käsespätzle		vegetarische Bockwurst							
	helle Basilikumsauce				Tomatenketchup							
	Reis				Senf							
	Krautsalat (Öl & Essig)				Kartoffel-Möhren Stampf							
Menü 3	Ravioli mit Rindfleischfüllung								bunte Farfalle			
	Tomatensauce										helle Erbsen & Putenschinkensauce	
	geriebener Hartkäse										geriebener Hartkäse	
	Krautsalat (Öl & Essig)										Apfel-Möhrensalat (Öl & Essig)	grüner Bohnensalat (Öl & Essig)
Dessert	Obst/Gemüsesticks		Obst/Gemüsesticks		BIO Banane		Vanillequark		Obst/Gemüsesticks			
Salatsauce Auswahl												
Sonderkost bitte hier eintragen!	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			

Fingermöhren heißen so, weil sie kleiner und schmaler als normale Möhren sind. Sie erinnern an kleine Finger.

 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				
41. KW	05.10.26 Montag	Anzahl Komponente	06.10.26 Dienstag	Anzahl Komponente	07.10.26 Mittwoch	Anzahl Komponente	08.10.26 Donnerstag	Anzahl Komponente	09.10.26 Freitag	Anzahl Komponente	
<u>Menü I</u>	 Rindergulasch (Paprika, Zwiebeln) 		 fruchtige Tomatensuppe (Tomaten, Lauch, Möhren, Sellerie) 		Kartoffelecken 		 Kichererbsenbällchen 		 Backfischfilet (Seelachs) 		
					Schnittlauch-Dip 				Sauce Tartar (mit Ei)		
		Spätzle		Fladenbrot		Fingermöhrengemüse 				Bratkartoffeln	
		weißer Riesenbohnsensalat (Öl&Essig)								Blattsalat	
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	 Gemüseragout (Möhren, Blumenkohl, Broccoli) in Tomatensauce 				 vegetarisches Gyros (Soja) 		 gebackene Kartoffeln in Schale 		 Blumenkohl-Käsebratling 		
					Tzaziki				Kräuterdip		
				Möhrensalat (Öl&Essig)		Vollkornreis		Sauerrahmdip		Bratkartoffeln	
						Blattsalat		Gurkensalat (Öl&Essig)		Blattsalat	
<u>Menü 3</u>											
		weißer Riesenbohnsensalat (Öl&Essig)									
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Grießpudding		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>					Americandressing				Frenchdressing		
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier</u> <u>eintragen!</u>	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		

Sauerkraut wird aus klein geschnittenem Weißkohl hergestellt. Der Name "Sauerkraut" kommt von dem Wort "sauer". Der leicht saure Geschmack entsteht durch das sogenannte Fermentieren.

 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  IN VIA ESSEN FÜR KINDER  BIO mit DGE-Zertifizierung DE-ÖKO-006		
42. KW	12.10.26	Anzahl Komponenten	13.10.26	Anzahl Komponenten	14.10.26	Anzahl Komponenten	15.10.26	Anzahl Komponenten	16.10.26	Anzahl Komponenten	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
<u>Menü I</u>	 Geflügel Leberkäse (Truthahn)		 		 mini Kartoffelklößchen		 Blumenkohl im Backteig		 		
					Bratensauce (vegetarisch) 		Schnittlauchdip				
	Kartoffelpüree				Apfelrotkohl 		Salzkartoffeln				
	Sauerkraut						Blattsalat				
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	 vegetarische Bratwurst (Soja)		 		 Gemüse Köttbullar (Erbsen, Möhren, Mais)		 		 Rigatoni al Forno (Erbsen, Tomaten) mit Mozzarella überbacken		
	veget. Bratensauce								Sahne-Gurkensalat		
<u>Menü 3</u>			 BIO Fusilli	 		 					
			Käsesauce								
			geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse				
			Mais-Paprikasalat (Öl & Essig)								
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Apfel-Zimtquark		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>							Balsamicodressing				
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier</u> <u>eintragen!</u>	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		

Rote Beete ist eine Wurzel, die unter der Erde wächst. Ihre leuchtend rote Farbe macht sie besonders auffällig. Man kann sie roh, gekocht und gebraten essen oder sogar als Saft trinken.

 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			 IN VIA ESSEN FÜR KINDER  Bio DE-ÖKO-006		
43. KW	19.10.26	Arzt/Ärztin nicht	20.10.26	Arzt/Ärztin nicht	21.10.26	Arzt/Ärztin nicht	22.10.26	Arzt/Ärztin nicht	23.10.26	Arzt/Ärztin nicht	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
<u>Menü I</u>	 Hähnchensteak 		 Erbseeneintopf  (Kartoffeln, Möhren, Sellerie)		 Gemüse Bagel  (Blumenkohl, Karotten, Erbsen)		Broccoli-Vollkornnudel-Auflauf 		 panierte Meeresfiguren  (Seelachs)		
	Thymiansauce			vegetarische Rahmsauce 		Remouladensauce					
	gebratene Kartoffeln		Fladenbrot		Kartoffelgratin 		Blattsalat		Salzkartoffeln		
	Rote- Beete- Salat (Öl&Essig)								Rahmspinat		
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>	 vegetarisches Schnitzel  (Milch, Ei, Weizen)								 Eieromlette 		
	Thymiansauce (vegetarisch)								Salzkartoffeln		
	gebratene Kartoffeln								Rahmspinat		
	Rote- Beete- Salat (Öl&Essig)		Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)		Blattsalat						
<u>Menü 3</u>											
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks				 Obst/Gemüsesticks		
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>					Joghurtdressing		Americandressing		Italiandressing		
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier</u> <u>eintragen!</u>	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		

Curry ist nicht nur ein Gewürz, sondern auch ein Gericht! In Indien ist es ein traditioneller Eintopf mit Gemüse und Fleisch oder Fisch. Die Soße besteht aus vielen Gewürzen. Die gelbe Farbe kommt von der Kurkuma-Knolle.

 Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.			KGS Erlenweg						 Geflügelfleisch  Rindfleisch  Vegetarisch  Fisch  ESSEN FÜR KINDER  mit EU-Öko-Verordnung DE-ÖKO-006			
44. KW	26.10.26 Montag	Auswahlkomponente nein	27.10.26 Dienstag	Auswahlkomponente nein	28.10.26 Mittwoch	Auswahlkomponente nein	29.10.26 Donnerstag	Auswahlkomponente nein	30.10.26 Freitag			
<u>Menü I</u>	bunte Spätzle (gebraten) 		roter Kichererbseneintopf (Tomate, Karotte, Blumenkohl, Erbsen)		Hähnchen Nuggets 				gebratenes Seelachsfilet 			
	helle Paprikasauce 								helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Karotte)			
	Maisgemüse 								Vollkornreis			
<u>Menü II</u> <u>Vegetarisch</u>					Broccoli Nuggets 				Tortelliniauflauf (Käsefüllung) mit Erbsen in heller Sauce			
											Blattsalat	
<u>Menü 3</u>												
	geriebener Hartkäse											
Dessert	 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Kirschwackelpudding mit Vanillesauce 		 Obst/Gemüsesticks			
<u>Salatsauce</u> <u>Auswahl</u>							 Frenchdressing					
<u>Sonderkost</u> <u>bitte hier</u> <u>eintragen!</u>	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			