

Bestellung bis zum 16. des Vormonats abgeben.



**Bleib fit mit unserer DGE-zertifizierten Menülinie!**

Sie entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für Schulverpflegung und garantiert eine ernährungsphysiologisch optimal ausgewogene Menüfolge

| WO                       | Menü    | Montag   | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag   |
|--------------------------|---------|--|---|--|--|---|
| 01.10.2021<br>vom<br>bis | A       |  |   |  |  | Gemüsebolognese auf Gabelspaghetti, dazu Reibekäse und Obst (V) (aw, uw, am, bc, 23)  |
|                          |         |  |   |  |  | Energie pro Portion: 2502 kJ, 598 kcal  |
|                          | B - DGE |  |   |  |  | Blumenkohl - Kartoffelgratin mit Käse überbacken, dazu Obst (V) (2, aw, uw, ae, am, bc, 23)   |
|                          |         |  |   |  |  | Energie pro Portion: 1132 kJ, 270 kcal  |
|                          | C       |  |   |  |  | Jägerschnitzel (panierte, gebratene Jagdwurstscheibe) mit Soße und Erbsengemüse, dazu Kartoffelbrei (R,S) (3, 15, aw, uw, am, bm, 23)   |
|                          |         |  |   |  |  | Energie pro Portion: 2825 kJ, 674 kcal  |
| 04.10.2021<br>vom<br>bis | A       | Vegetarische Frühlingsröllchen mit Soße "chinesische Art", dazu gemischter Reis (mit Vollkorn) (V) (aw, uw, ay, am, bc, bm, 23)  | Hefeklöße zu heißer Fruchtsoße mit Waldbeeren und Zucker und Zimt (V) (3, aw, uw, ae, am)   | Frikadelle mit Soße, gemischte Grüne Brech- und Wachsbohnen und Kartoffelbrei (R,S) (3, aw, uw, ae, am, bc, bm, 23)  | Brühnudeln mit Huhnfleisch, dazu Mischbrot und Waldbeerjoghurt (G) (3, aw, uw, nr, ae, am, bc)                       | Vegetarisch gefüllte Maultaschen in Gemüsebouillon, dazu Karamelpudding (V) (aw, uw, ae, am, bc)  |
|                          |         | Energie pro Portion: 3984 kJ, 952 kcal   | Energie pro Portion: 2023 kJ, 483 kcal  | Energie pro Portion: 2455 kJ, 587 kcal   | Energie pro Portion: 1508 kJ, 360 kcal   | Energie pro Portion: 1851 kJ, 439 kcal  |
|                          | B - DGE | Bratwurst mit Soße, Sauerkraut und Kartoffelbrei (S) (3, aw, uw, am, bc, bm, 23)   | Wildlachsragout in Gemüsesahnesoße (Möhren, Kohlrabi, Sellerie, Lauch) mit frischem Dill und Bulgur, dazu Eisbergsalat mit Dressing (F) (3, aw, uw, af, am, bc, 23)                               | Erbseneintopf vegetarisch, dazu Vollkornbrot und Schokoquarkspeise (V) (aw, uw, nr, ay, am, bc, 23)  | Gekochte Eier in Senfsoße mit Salzkartoffeln, dazu Rohgemüsesticks (V) (aw, uw, ae, am, bc, bm)                      | Putengulasch dazu Honig-Möhrchen mit frischer Petersilie, Reis und Obst (G) (3, aw, uw, am, bc, bm, 23)                                 |
|                          |         | Energie pro Portion: 2288 kJ, 546 kcal   | Energie pro Portion: 1628 kJ, 389 kcal  | Energie pro Portion: 1991 kJ, 476 kcal   | Energie pro Portion: 1408 kJ, 336 kcal   | Energie pro Portion: 2321 kJ, 554 kcal  |
|                          | C       | Krautnudeln mit Salami (Geschmortes Weißkraut mit Salami und Nudeln), dazu Obst (S) (3, 15, aw, uw, am, bc)  | Paniertes Hähnchenschnitzel an Tomatenragout mit frischer Petersilie und Gabelpaghetti (G) (aw, uw, am, bc, 23)   | Allgäuer Käsespätzle (Spätzle in Käse-Sahne-Soße mit Emmentaler Reibekäse und gerösteten Zwiebeln), dazu Schokoquarkspeise (V) (1, 2, aw, uw, ae, ay, am, bc, 23)      | Tiegelwurst (lose Blutwurst), dazu deftiges Sauerkraut und Salzkartoffeln (S) (3, 15, aw, uw, am)                    | Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse und Wurstwürfeln, dazu Karamelpudding (R,S) (15, am, bc)  |
|                          |         | Energie pro Portion: 2502 kJ, 597 kcal   | Energie pro Portion: 3164 kJ, 755 kcal  | Energie pro Portion: 3166 kJ, 757 kcal   | Energie pro Portion: 1733 kJ, 413 kcal   | Energie pro Portion: 1586 kJ, 379 kcal  |
| 11.10.2021<br>vom<br>bis | A       | Schweinegulasch in Rahmsoße, dazu zweierlei-Rüben-Gemüse (Möhren, Steckrüben, frische Petersilie) und Salzkartoffeln (S) (3, aw, uw, am, bc, 23)   | Schinken-Makkaroni mit Emmentaler Käse und Tomatensoße, dazu Vanillejoghurt (S) (3, 15, aw, uw, am, bc, 23)   | Rühreier mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (V) (aw, uw, ae, am, bc, 23)  | Gräupcheneintopf mit Gemüse, dazu Kaiserbrötchen und Mandarinenquarkspeise (V) (aw, uw, gb, am, bc)                  | Tomatensuppe mit Muschelnudeln, Eierkuchen mit Apfelmus und Zucker (V) (3, aw, uw, ae, am, bc, 23)                                      |
|                          |         | Energie pro Portion: 1816 kJ, 433 kcal   | Energie pro Portion: 3095 kJ, 739 kcal  | Energie pro Portion: 1403 kJ, 335 kcal   | Energie pro Portion: 1889 kJ, 451 kcal   | Energie pro Portion: 1921 kJ, 459 kcal  |
|                          | B - DGE | "Pasta Avanti" Vollkornmakkaroni mit Tomaten -Orangen-Ingwer-Sugo, Olivenöl und Knoblauch, dazu italienischer Hartkäse, dazu Chinakohlsalat mit Früchten (V) (2, aw, uw, ae, am, bc, 23) | Vegetarischer Linseneintopf, dazu Vollkornbrot und Obst (V) (aw, uw, nr, am, bc, bm)  | Frikadelle vom Kabeljau auf Dillsoße mit Kartoffelpüree und buntem Krautsalat (F) (aw, uw, ae, af, am, bc, bm, 23)   | Tomaten-Hackfleisch-Soße und Reibekäse auf Gabelspaghetti, dazu Wachsbohnen Salat (S,R) (aw, uw, am, bc, bm, au, 23) | Gnocchi mit Gemüse (Brokkoli, Champignons, Karotten und Mais) und Soße "Hollandaise Art", dazu Mangojoghurt (V) (3, aw, uw, ae, am, bc) |
|                          |         | Energie pro Portion: 2221 kJ, 531 kcal   | Energie pro Portion: 1617 kJ, 386 kcal  | Energie pro Portion: 1904 kJ, 455 kcal   | Energie pro Portion: 2840 kJ, 679 kcal   | Energie pro Portion: 1806 kJ, 431 kcal  |
|                          | C       | Gemüsefrikadelle mit Rahmsoße, Buttererbsen und Kartoffelbrei (V) (aw, uw, ae, am, bc, bm)   | Seelachsfilet mit winterlichem Gemüse überbacken ( Möhren, Sellerie, Kohl, Kürbis, Steckrüben, Sahne und Goudakäse ) auf Estragonsoße, dazu Salzkartoffeln (F) (2, 3, aw, uw, ae, af, am, bc, 23) | Hähnchengeschnetzeltes "Gärtnerin Art" (Soße mit Bohnen, Möhren, Blumenkohl und Erbsen), dazu gemischter Reis (mit Vollkorn) und bunter Krautsalat (G) (3, aw, uw, am) |  |   |
|                          |         | Energie pro Portion: 2516 kJ, 600 kcal   | Energie pro Portion: 1760 kJ, 419 kcal  | Energie pro Portion: 1602 kJ, 383 kcal   |  |   |

# SPEISEPLAN

Bestellung bis zum 16. des Vormonats abgeben.



**Bleib fit mit unserer DGE-zertifizierten Menüfolge!**  
 Sie entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für Schulverpflegung und garantiert eine ernährungsphysiologisch optimal ausgewogene Menüfolge

| WO                                     | Menü           | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag  |
|--|----------------|---|---|---|---|--|
| 18.10.2021<br>22.10.2021<br>vom<br>bis | <b>A</b>       | Backfisch (im Backteig) mit Zitronen-Butter-Soße und Kartoffelbrei, dazu gemischter Krautsalat (F) (3, aw, uw, ae, af, am, bc, bm)  | Möhreneintopf mit frischer Petersilie, dazu Vollkornbrötchen und Kirschquark (V) (aw, uw, gb, gs, am, bc, 23)           | Gemüsebällchen in milder Paprika-Sahne-Soße, dazu Zöpfli-Nudeln und geriebener Mozzarella (V) (aw, uw, ae, am, bc, 23)    | Eipatty auf Rahmgemüse und Salzkartoffeln (V) (aw, uw, ae, am, bc)                          | Wurstgulasch mit Gabelspaghetti, dazu Fruchtmus Himbeer-Apfel (S,R) (3, 15, aw, uw, am, bc, 23)    |
|  | <b>B - DGE</b> | Vollkornspaghetti mit Tomaten - Basilikum - Soße und Reibekäse, dazu Chinakohl mit Fruchtressing (V) (1, 3, aw, uw, ae, am, bc, 23) | Schweinegeschnetzeltes mit Erbsen - Mais - Gemüse und Kartoffelbrei (S) (3, aw, uw, am, bc, bm, 23)                     | Seelachsfiletwürfel in Dill - Senf - Soße mit Salzkartoffeln und Weißkraut - Möhren - Salat (F) (aw, uw, af, am, bc, bm)  | Hähnchenbrustfilet auf Geflügelsoße, dazu Brokkoligemüse und Bulgur (G) (3, aw, uw, am, bc) | Grießbrei mit Zimt und Zucker, dazu kalte Kirschsoße und Kohlrabisticks(V) (3, aw, uw, am)         |
|  |                | Energie pro Portion: 2166 kJ, 517 kcal  | Energie pro Portion: 1575 kJ, 376 kcal  | Energie pro Portion: 3497 kJ, 835 kcal  | Energie pro Portion: 1621 kJ, 387 kcal  | Energie pro Portion: 2410 kJ, 576 kcal   |
| 25.10.2021<br>29.10.2021<br>vom<br>bis | <b>A</b>       | Jägerschnitzel (panierte Jagdwurstscheibe) mit Tomatensoße und Makkaroni (S) (3, 15, aw, uw, am, bc, bm, 23)                        | Makkaroni Tricolore (Bunte Makkaroni) mit Käsesoße, dazu Obst (V) (1, 2, aw, uw, ae, am, bc, 23)                        | Gekochte Fleischklopse in Petersiliensoße, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Apfel-Salat (R,S) (3, 5, aw, uw, ae, am, bc) | Buchtel - Brötchen mit Dessertsoße Vanillegeschmack (V) (aw, uw, gb, ae, am)                | Nudelaufauf "Bolognese" mit Käse überbacken, dazu Birnenjoghurt (R,S) (aw, uw, am, bc, bm, au, 23) |
|  | <b>B - DGE</b> | Brühreiseintopf mit Gemüse, dazu Vollkornbrot und Vanillequarkcrème (V) (3, aw, uw, nr, am, bc, 23)                                 | Gedünstetes Seelachsfilet mit Bechamelsoße, dazu Buttererbsen und Salzkartoffeln, dazu Obst (F) (3, aw, uw, af, am, bc) | Möhrenrösti auf Weizenebly natur, Kräutersoße und Brokkoligemüse (V) (aw, uw, ae, am, bc, bm, 23)                         | Schweinebraten mit Soße, Bayrischkraut und Kartoffelklößen (R,S) (aw, uw, am, bc, bm, 23)   | Linsen-Gemüse-Ragout mit Bulgur, dazu Birnenjoghurt (V) (aw, uw, am, bc, 23)                       |
|  |                | Energie pro Portion: 3346 kJ, 799 kcal  | Energie pro Portion: 2521 kJ, 602 kcal  | Energie pro Portion: 1364 kJ, 325 kcal  | Energie pro Portion: 2095 kJ, 501 kcal  | Energie pro Portion: 2328 kJ, 556 kcal   |
| vom<br>bis                             | <b>C</b>       |   |   |   |   |  |
|  |                | Energie pro Portion: 2400 kJ, 573 kcal  | Energie pro Portion: 2908 kJ, 694 kcal  | Energie pro Portion: 1385 kJ, 330 kcal  | Energie pro Portion: 2026 kJ, 484 kcal  | Energie pro Portion: 1981 kJ, 473 kcal   |
|  |                |   |   |   |   |  |
| vom<br>bis                             | <b>C</b>       |   |   |   |   |  |
|  |                | Energie pro Portion: 1566 kJ, 374 kcal  | Energie pro Portion: 2100 kJ, 501 kcal  | Energie pro Portion: 2376 kJ, 569 kcal  | Energie pro Portion: 1958 kJ, 468 kcal  | Energie pro Portion: 1998 kJ, 477 kcal   |
|  |                |   |   |   |   |  |

**Wir wünschen guten Appetit!**

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz.

**VielfaltMenü GmbH**

Sachsenallee 26  
 01723 Kesselsdorf  
 Tel.: 035204 40550 - Fax: 035204 40578  
 Internet: www.sohappy-catering.de

Name der Einrichtung:

Telefonnummer:

Kundennummer:

Datum/Unterschrift:

Allergene: aw - enthält glutenhaltiges Getreide\*, uw - enthält Weizen\*, nr - enthält Roggen\*, gb - enthält Gerste\*, go - enthält Hafer\*, gs - enthält Dinkel\*, gk - enthält Khorasan-Weizen\*, ax - enthält Hybridstämme\*, ac - enthält Krebstiere\*, ae - enthält Eier\*, af - enthält Fische\*, ap - enthält Erdnüsse\*, ay - enthält Sojabohnen\*, am - enthält Milch\*, an - enthält Schalenfrüchte\*, sa - enthält Mandeln\*, sh - enthält Haselnüsse\*, sw - enthält Walnüsse\*, sc - enthält Kaschunüsse\*, sp - enthält Pecannüsse\*, sr - enthält Paranüsse\*, st - enthält Pistazien\*, sm - enthält Macadamia- oder Queenslandnüsse\*, bc - enthält Sellerie\*, bm - enthält Senf\*, as - enthält Sesam\*, au - enthält Schwefeldioxid und Sulfite, nl - enthält Lupinen\*, um - enthält Weichtiere\*;  
 Deklarierungspflichtige Stoffe und Zutaten: 1 - mit Farbstoff, 3 - mit Antioxidationsmittel, 5 - mit Süßungsmittel(n), 6 - enthält eine Phenylalaninquelle, 7 - mit Phosphat, 8 - gewachst, 9 - geschwärzt, 12 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 13 - koffeinhaltig, 15 - mit Nitritpökelsalz, 25 - mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n), 26 - enthält Süßholz, Z - aus Fleischstücken zusammengefügt, Y - aus Fischstücken zusammengefügt;  
 Verbraucherinformationen: S - Schwein\*, R - Rind\*, F - Fisch oder Meeresfrüchte, G - Geflügel\*, X - andere Tierarten\*, V - vegetarisch, VN - vegan, 23 - mit Knoblauch;  
 \*und daraus gewonnene Erzeugnisse