

Woche 6

KW 46 / 10.11.-14.11.2025

|                               | Menü 1                                                                                                                                                      | Menü 2                                                                                                                                                 | Menü 3                                                                                                                   | Rohkost                                                                                                                                                            | Dessert                                |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Montag</b><br>10.11.25     | Vollkorn-Spirelli <sup>(aw)</sup> in Limonen-Basilikum-Soße mit Kichererbsen und Karotten <sup>(g)</sup> dazu geriebenen Käse <sup>(g)</sup>                | „Tex Mex“ Tomaten-Vollkornreis mit Kidneybohnen, Paprika, Süßkartoffel <sup>(i)</sup> , Mais und geräuchertem Tofu <sup>(i,f)</sup> dazu Tomaten-Salza |                                                                                                                          | frisch geschnittenes Knabbergemüse aus Karotten, Gurken und Kohlrabi und gemischten Salat (Eisbergsalat, Karotte, Gurke, Tomate) mit gerösteten Sonnenblumenkernen | <b>Handobst</b>                        |
| <b>Dienstag</b><br>11.11.25   | knusprig frittierte Faläfel <sup>(aw)</sup> mit gebackenen Sesamkartoffeln <sup>(k)</sup> , Joghurt-Cumin-Dip <sup>(g)</sup> und Gurkensalat <sup>(i)</sup> |                                                                                                                                                        | vegetarische „Chinapfanne“ mit Paprika, Champignons und grünen Bohnen, dazu Reis                                         | frisch geschnittenes Knabbergemüse aus Karotten, Gurken und Kohlrabi und gemischten Salat (Eisbergsalat, Karotte, Gurke, Tomate) mit gerösteten Sonnenblumenkernen |                                        |
| <b>Mittwoch</b><br>12.11.25   | thailändisches Kokoscurry mit Mango, Erbsen und Sojabohnen <sup>(f)</sup> dazu Reis                                                                         |                                                                                                                                                        | Berliner Erbsensuppe mit Geflügelwienener, Gemüse und Kartoffeln <sup>(G,i)</sup> und Vollkornbrot <sup>(aw,ar,ag)</sup> | frisch geschnittenes Knabbergemüse aus Karotten, Gurken und Kohlrabi und gemischten Salat (Eisbergsalat, Karotte, Gurke, Tomate) mit gerösteten Sonnenblumenkernen | <b>Joghurt mit Honig<sup>(g)</sup></b> |
| <b>Donnerstag</b><br>13.11.25 | mit Gouda überbackene Gemüselasagne (Karotte, Paprika, Zucchini, Tomate, Zwiebel) <sup>(aw,g)</sup>                                                         |                                                                                                                                                        | Nudeln <sup>(aw)</sup> mit Spinatsoße <sup>(g)</sup> dazu Mozzarella <sup>(g)</sup>                                      | frisch geschnittenes Knabbergemüse aus Karotte, Gurke und Kohlrabi und gemischten Salat (Eisbergsalat, Karotte, Gurke, Tomate) mit gerösteten Sonnenblumenkernen   | <b>Handobst</b>                        |
| <b>Freitag</b><br>14.11.25    | Sojageschnetzeltes mit Champignons und Kräuter <sup>(f,g)</sup> dazu Spätzle <sup>(aw,c)</sup>                                                              |                                                                                                                                                        | Wildlachs in Kokos-Currysoße <sup>(F,g)</sup> mit Brokkoli und Vollkornreis                                              | frisch geschnittenes Knabbergemüse aus Karotte, Gurke und Kohlrabi und gemischten Salat (Eisbergsalat, Karotte, Gurke, Tomate) mit gerösteten Sonnenblumenkernen   |                                        |

## Allergen-Kennzeichnung

|    |                           |   |                                             |
|----|---------------------------|---|---------------------------------------------|
| a  | glutenhaltige Getreide    | e | Erdnüsse (-Erzeugnisse)                     |
| aw | Weizen                    | f | Soja (-Erzeugnisse)                         |
| ar | Roggen                    | g | Milch (-Erzeugnisse einschließlich Laktose) |
| ag | Gerste                    | h | Scheinfrüchte (Nüsse)                       |
| ah | Hafer                     | i | Sellerie (-Erzeugnisse)                     |
| ad | Dinkel                    | j | Senf (-Erzeugnisse)                         |
| ak | Kamut                     | k | Sesam (-Erzeugnisse)                        |
| b  | Krebstiere (-Erzeugnisse) | l | Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg/1      |
| c  | Eier (-Erzeugnisse)       | m | Lupinen (-Erzeugnisse)                      |
| d  | Fisch (-Erzeugnisse)      | n | Weichtiere (-Erzeugnisse)                   |

\*Zu allen Salatangeboten gibt es Joghurt<sup>(g)</sup> - und Zitronenhonig-Dressing<sup>(i)</sup>

## Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe

|   |                          |    |                                 |
|---|--------------------------|----|---------------------------------|
| 1 | mit Farbstoff            | 8  | mit Phosphat                    |
| 2 | mit Konservierungsstoff  | 9  | mit Süßungsmittel               |
| 3 | mit Antioxidationsmittel | 10 | enthält eine Phenylalaninquelle |
| 4 | mit Geschmacksverstärker | 11 | mit Zuckerarten, Süßungsmittel  |
| 5 | geschwefelt              | 12 | mit Zuckeraustauschstoffen      |
| 6 | geschwärzt               | 13 | mit Chinin                      |
| 7 | gewachst                 | 14 | mit Koffein                     |

grün: Bio-Zutat oder Bio-Erzeugnis

## Lebensmittel-Inhaltsstoffe

R Rindfleisch  
G Geflügelfleisch  
F Fisch

