



# 3 KÖSCHE



zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg

## Juli 2024

## 451

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 <b>BÄRENHUNGER</b> <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, das Beste aus der Region</small>		FIT & FUN <small>Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2</small>		MENÜ 2 <b>KOHL-DAMPF</b> <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise</small>			
		Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten		
Montag	01.	<b>Tortellini mit Gemüsefüllung</b> Gemüse-Käse-Soße	a c g i a g i	VB VB	<b>Pfirsich</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB VB	<b>Gedünsteter Kohlrabi</b> in Béchamelsoße Kartoffeln	a g VB VB	
Dienstag	02.	<b>Rinderbolognese</b> (Rindfleisch, Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse) Spaghetti Gouda gerieben	a i a g	RB VB VB	<b>Schokopudding</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Mediterraner Gemüsetopf</b> mit Hirtenkäse Ciabattabrot	 a g a	V V VB
Mittwoch	03.	<b>Möhreneintopf</b> mit Kartoffelwürfel Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a i  a ab	VB  VB	<b>Wassermelone</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Ratatouillegemüse</b> (Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate, Zwiebel)  Vollkornreis	a  VB	V  VB
Donnerstag	04.	<b>Geflügelbratwurst</b> Bratensoße Sauerkraut Kartoffeln	8 a g j i	G V V VB	<b>Milchreis</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Überbackener Blumenkohl</b> (Blumenkohl, Béchamel, Gouda) Kartoffel-Erbсен-Püree	a g  g	V  VB
Freitag	05.	<b>Nudel-Tomaten-Auflauf</b> mit Lachs grüne Kräutersoße	a d g i a g	F V	<b>Rote Bete-Apfel-Salat</b>  mit Sonnenblumenkerne	V V	<b>Gemüse-Knusperbagel</b> Tzatziki-Dip griech. Kartoffeln mit Feta	a c f g i k a g g	V  VB VB
Montag	08.	<b>Tomatensuppe mit Reis</b> (Tomate, Zwiebel, Basilikum, Oregano) Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a i  a ab	VB  VB	<b>Birne</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Vollkorn-Spirelli</b> Spinatsoße	a a g	VB VB
Dienstag	09.	<b>Hähnchenbrust</b> Bratensoße Maisgemüse Kartoffeln	a g j i	G V VB VB	<b>Bananenquark</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Grünkohl-Getreide-Bällchen</b> Kräuter-Soße Gemüse-Zartweizen	a a g a i	V V VB
Mittwoch	10.	<b>Kartoffelpfanne "Western"-Art</b> (Zwiebel, Brokkoli, Paprika, Bohne, Kartoffel) Fladenbrot	a g a k	VB VB	<b>Honigmelone</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Kräuter-Rahm-Kohlrabi</b> mit Fingermöhren Backkartoffeln	a g  VB	VB  VB
Donnerstag	11.	<b>Rindergeschnetzeltes</b> (Rindfleischwürfel, Zwiebel, Champignon) Spirelli	a g i a	RB VB	<b>Milchgrieß</b>  <b>Gemüse</b>	a g VB VB	<b>Gemüsepfanne</b> Paprikagemüsesoße Reis	a a VB	V VB VB
Freitag	12.	<b>Backfisch</b> <b>Honig-Senf-Soße</b> Möhren Kartoffeln	a d a g i	F V VB VB	<b>Weißkraut-Karotten-Salat</b>  mit Sonnenblumenkerne	V V	<b>Grünkernragout</b> (Grünkern, Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse) Penne	a i  a	VB  VB
Montag	15.	<b>Kräuterquark</b> Salzkartoffeln Gurkensticks	g	VB VB V	<b>Aprikose</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Mexikanischer Bohneneintopf</b> (Bohne, Tomate, Zwiebel, Mais, Kartoffel, Wurzelgemüse) Brot	a i  a ad	VB  VB

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO
1 mit Farbstoffe	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB		
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB		
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	G Geflügel	GB		
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	t Schwefeldioxid und Sulfite >10mg/kg/l	F Fisch	FB		
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB		
7 gewachst	af Kamut			vegan			
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift = BIO DE-ÖKO-044		



# 3 KÖSCHE



zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg

## Juli 2024

# 451

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 BÄRENHUNGER <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, das Beste aus der Region</small>		FIT & FUN <small>Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2</small>		MENÜ 2 KOHLDAMPF <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise</small>		Allergene	Komponenten		
		Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten				
Dienstag	16.	Geflügel-Wurstgulasch (Geflügeljagdwurst, Tomate, Zwiebel) Vollkornnudeln Reibekäse	a 8	G	Vanillepudding Gemüse	g	VB	Romanesco-Käse- Sahnesoße Vollkornreis	a g	V	
			a	VB			VB			VB	
			g	VB							
Mittwoch	17.	Nudeln mit Tomatensoße	a	VB	Apfel Gemüse		VB				
			a	VB			VB				
Donnerstag	18.	Lasagne "Bolognese"-Art (Rinderhackfleisch, Nudel, Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse, Käse)	a c g i	RB	Mango-Joghurt-Dessert Gemüse	g	VB	Veg. Köttbullar Preiselbeerrahmsauce Kartoffel-Käse-Püree	a	V	
							VB			a g	VB
										g	VB
Freitag	19.	Gegrilltes Lachsfilet Spinat-Rahm-Soße Salzkartoffeln	a d	F	Möhrensalat mit Sonnenblumenkerne		V	Nudeln Gemüse-Soße (Mais, Karotte, Sellerie, Lauch, Zwiebel)	a	VB	
			a g	VB			V			a i	VB
				VB							
Montag	22.	Asiatische Reispfanne (Mais, Schoten, Möhre, Zwiebel) Sweet-Chili-Soja-Soße	i	VB	Tafeltrauben Gemüse		VB	Kichererbsen-Ragout (Kichererbse, Zwiebel, Tomate, Paprika, Zucchini, Sesam) Gemüsebulgur	a k	V	
							VB			a i	VB
			f k i	VB							
Dienstag	23.	Currywurstscheiben in Ketchup-Soße Pommes Frites	a i 8	G	Quitten-Apfel-Joghurt Gemüse	g	VB	Kartoffeltaschen (mit Frischkäse-Füllung) Gemüsesoße Reis	a c g	VB	
				VB			VB			a	VB
											VB
Mittwoch	24.	Eierfrikassée Möhren & Erbsen Kartoffelstampf	a c g j	V	Erdbeeren Gemüse		VB	Gebratenes Gemüse (Paprika, Tomate, Mais, Zucchini, Zwiebel) Joghurt-Dip Bulgur	a	VB	
				VB			VB			g	VB
			g	VB			VB			a	VB
Donnerstag	25.	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch (Rindfleisch, Bohne, Karotte, Sellerie, Lauch, Kartoffel) Vollkornbaguette	a i	RB	Berenjoghurt Gemüse	g	VB	Tofugeschnitzeltes (Pilz, Paprika, Zwiebel, Tomate) Vollkornreis	a f g	V	
							VB				VB
			a ab	VB							
Freitag	26.	Fischstäbchen Dillsauce Kartoffel-Möhren-Püree Gurkensalat	a d	F	Gurkensalat mit Sonnenblumenkerne		V	Brokkoli / Blumenkohl in Rahmsauce Graupenrisotto	a g	VB	
			a g	VB			V			a g	VB
			g	VB							
Montag	29.	Kartoffeltopf mit buntem Gemüse Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a i	VB	Pflaume Gemüse		VB	Vegetarisches Steak (Milchbasis) Bratensoße Kaisergemüse Vollkornreis	a a d c	V	
				VB			VB			a g j	V
			a ab	VB			VB				VB
Dienstag	30.	Oma's Rindergulasch (Rindfleisch, Zwiebeln) Petersilienkartoffeln	a i	RB	Mandarinenquark Gemüse	g	VB	Gemüsecurry (Blumenkohl, grüne Bohne, Zwiebel, Paprika, Sonnenblumenkern) Couscous	a g i	V	
				VB			VB			a	VB
			a c g	VB							
Mittwoch	31.	Apfelküchle Vanillesoße Gemüsesuppen	a c g	VB	Banane Gemüse		VB	Bunte Nudeln Blumenkohl-Käse-Soße	a i	VB	
			a g	V			VB			a g	V
			a g i	V							

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO
1 mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB		
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB		
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	F Geflügel	GB		
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite-10mg/kg/l	G Fisch	FB		
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB		
7 gewachst	af Kamut			vegan	VB		
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift = BIO DE-ÖKO-044		