



3 KÖCHE



zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg

Drei Köche GmbH, Bennastraße 2 in 13053 Berlin, Telefon: (030) 99 27 33 2-0,

Fax: (030) 99 27 33 22-0, E-Mail: kundenservice@drei-koeche.de, Web: www.drei-koeche.de

451

Speiseplan November 2024

Änderungen vorbehalten!

Der Preis für ein Mittagessen beträgt 4,75 € für Oberschüler und besteht aus:

1 Hauptkomponente an der Ausgabe + Gemüse, Soße, Beilage und Fit & Fun vom Free-Flow-Buffet + 1 Getränk

Tag	Datum	Hauptkomponente an der Ausgabe	Allergene Komponenten	Gemüse & Soßen vom Buffet	Allergene Komponenten	Beilagen vom Buffet	Allergene Komponenten	Fit & Fun vom Buffet * wechselnde saisonale Obstauswahl	Allergene Komponente
Montag	4. Nov. 24	Indisches Kokoscurry	a d g V	Brokkoli	a g VB	Nudeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	a c g V
		Asiatisch-Tofu-Pfanne	a c g V	Süß-Sauer-Soße grüne Kräutersoße	a g V	Pide Basmatireis	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Dienstag	5. Nov. 24	Rinderhackfleischsoße	a	Fenchel-Orangen Gemüse Grünkernbolognese	a VB	Gabelspaghetti Patatas Bravas	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Grill-Gemüsepfanne		Schmand-Dip	g	Zartweizen	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Mittwoch	6. Nov. 24	Eierkuchen	a c g VB	Möhrengemüse		Penne Kartoffelpüree		Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Gemüwestabchen	a c g V	Apfelmus Schokoladensoße		Bulgur			frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Donnerstag	7. Nov. 24	Panierter Fisch	a d	F Kohlrabistreifen Lauchrahmgemüse	a g VB	Pasta Kartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		überbackenes Kartoffel-Brokkoli-Gratin (Kartoffel, Brokkoli, Zwiebel)	a c g V	Remouladensoße	c g	Reis	VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Freitag	8. Nov. 24	Kürbis-Kichererbsenragout	a	V Mais Pilzsoße	a g VB	Spirelli Backkartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Bohnenragout	a c g V	Bratensoße	a i	Couscous	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Montag	11. Nov. 24	Karotten-Knusper-Stick	a g i	V Erbsen Paprika-Dip	a g VB	Vollekompenne Kartoffelrösti	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Grünkohl-Getreide-Bällchen	a g	V Vegetarische Carbonarasoße	a f g	Gemüse-Zartweizen	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Dienstag	12. Nov. 24	Rinderragout	a	RB Möhren Balkan-Gemüesoße	a VB	Spätzle Salzkartoffeln	a c VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Gnocetti-Gemüse-Teller	a g	VB Ajvar-Dip	a	Reis	VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Mittwoch	13. Nov. 24	Eierragout	a c g V	V Blumenkohl Mischgemüse in heller Soße	a g VB	Farfalle Kartoffelpüree	a c VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Kichererbsen-Gemüse-Curry	a g	VB Tomaten-Sahne-Soße	a	V Vollkornreis	VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Donnerstag	14. Nov. 24	Gedünstetes Fischfilet	d	F Kirschtomaten mit Schluppen Dillssoße	a g VB	V Makkaroni Kartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Chili sin Carne (mild)	a	VB Joghurt-Dip	a g	V Pide	V		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Freitag	15. Nov. 24	Vegetarische Hackfleischsoße	a i	VB Kürbis mit Paprika Letchosoße	a g VB	Gabelspaghetti Kartoffelpüree	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Gemüsebulette	a g i	V Preiselbeerrahmsoße	g	V Reis	VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Montag	18. Nov. 24	Quinoa-Erbsen-Frikadelle	a c g V	V Babykarotten Tomatensoße Arabiata	a g VB	Penne Petersilienkartoffeln	a V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Reis-Gemüse-Topf	a g	VB Aioli-Dip	a	V Bulgur	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Dienstag	19. Nov. 24	Geflügelböner	a	G Mixsalat Kräuter-Knoblauch-Soße	a c g V	V Nudeln Salzkartoffeln	a V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Veg. Döner	a f	V Spinatsoße	a g	V bunter Couscous	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Mittwoch	20. Nov. 24	Hefeklöße	a c g VB	VB Mischgemüse Beerensoße		VB Spiralen Reis	a V	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Hülsenfrüchte-Ragout	a	V Vanillesoße	a g	V Vollkornbaguette	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Donnerstag	21. Nov. 24	Seelachs "Müllerin"-Art	a d	F Kirschtomaten mit Lauch Spreewälder Soße	a g i V	V Pasta Salzkartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Veg. Schnitzel	a	V Buntes Tomatenragout	a g	V Graupenrisotto	a g VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Freitag	22. Nov. 24	Pizza Margharita	a g	VB Kohlgemüse Tomaten-Sahne-Soße	a g VB	VB Vollkornpenne Stampkartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Veg. Köttbullar	a c g V	V Bratensoße	a	VB Gemüsekartweizen	a i VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Montag	25. Nov. 24	Sahnequark mit Kräutern	g	VB Broccoli Gemüse-Käse-Soße	a g VB	VB Spätzle Schwenkkartoffeln	a c VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Pilz-Pfanne mit Zwiebeln		V Rahmsoße	a g	VB Vollkornbaguette	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Dienstag	26. Nov. 24	Rindergulasch	a	RB Karotten Rustika Rohkohl	a g VB	Gabelspaghetti Patatas Bravas	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Tofugulasch	a f	VB Kräuter-Rahm-Soße	a g	VB Böhmisches Knödel	a g V		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Mittwoch	27. Nov. 24	Rührei	c g	V Leipziger Allerlei Rahmspinat	a g VB	V Makkaroni Salzkartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		Köttbullar (vegetarisch, aus Gemüse)	a c	V Minz-Dip	g	VB Gemüosebunzel	a i VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Donnerstag	28. Nov. 24	Fishnuggets	a d	F Buttergemüse Dillssoße	a g VB	V Spaghetti Gebacke Kartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		überbackene Spinat-Lasagne	a c g V	V Remouladensoße	c g	V Cole Slow	g		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl
Freitag	29. Nov. 24	Tomaten-Gemüse-Pfanne	a	VB Maisgemüse Ketchupsoße	a g VB	V Bunte Nudeln Röstkartoffeln	a VB	Obst & Dessert Salat vom Buffet	
		veg. Bauernfrühstück	a c g V	V rote Paprikasoße	a	V Cous Cous	a VB		frischer Blattsalat, Gurke, Tomate, Mais, Joghurdressing, Essig/Öl

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe			Allergen-Kennzeichnung						Lebensmittelhinhaltsstoffe						
1	mit Farbstoff	7	gewachst	a	Weizen	glutenhaltige Getreide (-Erzeugnis)	c	Eier	(-Erzeugnisse)	i	Sellerie	(-Erzeugnisse)	R	Rindfleisch	RB
2	mit Konservierungsstoff	8	mit Phosphat	ab	Roggen		d	Fisch	(-Erzeugnisse)	j	Senf	(-Erzeugnisse)	S	Schweinefleisch	SB
3	mit Antioxidationsmittel	13	mit Chinin	ac	Gerste		r	Erdnüsse	(-Erzeugnisse)	k	Sesam	(-Erzeugnisse)	G	Geflügel	GB
4	geschwefelt	14	mit Koffein	ad	Hafer		f	Soja	(-Erzeugnisse)	l	Schwefeldioxid und Sulfite	>10 mg /kg	F	Fisch	FB
5	geschwärzt	12	mit Zuckeraustauschstoffen	ae	Dinkel		g	Milch	(-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m	Lupinen	(-Erzeugnisse)	V	vegetarisch	VB
= DGE		= BIO DE-ÖKO-044		EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten											