



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



49. Woche - 01.12. - 05.12.2025

Montag

Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Möhren, Bohnen, Erbsen, Eierstich & Brot (V)
Obst (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 934 kJ, 223 kcal

Dienstag

Vollkorn Spirelli mit Tomaten-Kräuter-Ragout (V)
Reibekäse (uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 2179 kJ, 519 kcal

Mittwoch

Hähnchengeschnetzeltes "Gärtnerin Art" mit Karotten, Brechbohnen, Erbsen, Champignons & Reis (G)
Fruchtjoghurt (uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 1488 kJ, 352 kcal

Donnerstag

Paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsoße, Möhrengemüse & Kartoffeln (S) (uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 1767 kJ, 424 kcal

Freitag

Eierkuchen mit Zucker & Apfelmus (V)
Tomatensuppe mit Reis (Vorsuppe) (3,uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 2419 kJ, 575 kcal

50. Woche - 08.12. - 12.12.2025

Montag

Hühnerfleisch "ungarisch" mit Paprika, Maiskörnern, grünen Markerbsen & Vollkornreis (G)
Obst (8,uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 3807 kJ, 909 kcal

Dienstag

Penne mit Tomaten-Frischkäsesoße (V)
Vanillepudding (uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 2253 kJ, 535 kcal

Mittwoch

Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Erbsen-Gemüse & Salzkartoffeln (G) (uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 1009 kJ, 240 kcal

Donnerstag

Gebratene Fleischbällchen vom Schwein mit Paprikasoße & Reis (S)
Rotkohl-Ananas-Salat (uw,aw,gb,ae,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 1692 kJ, 403 kcal

Freitag

Muschel-Nudel-Topf mit Sellerie, Karotte, Porree & Mini Kaiserbrötchen (V)
Obst (uw,aw,nr,gb,go,ae,bc,as)

Energie pro Portion: 1019 kJ, 242 kcal

51. Woche - 15.12. - 19.12.2025

Montag

Tomaten-Hackfleisch-Bolognese mit Gabelspaghetti (S)
Reibekäse (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 2644 kJ, 629 kcal

Dienstag

Gebratene Fischfrikadelle aus dem Seelachsfilet mit Dill-Zitronen-Soße & Erbsenreis (F)
Obst (uw,aw,ae,af,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 2501 kJ, 598 kcal

Mittwoch

Gekochtes Ei in milder Senfsoße & Salzkartoffeln (V)
Möhren-Apfel-Salat (uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1263 kJ, 301 kcal

Donnerstag

Bratwurst vom Schwein mit Rahmsoße, Sauerkraut & Kartoffelpüree (S) (7,uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 2091 kJ, 501 kcal

Freitag

Bauernroulade mit Bratensoße, grüne Bohnen & Salzkartoffeln (S) (uw,aw,gb,ae,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 1771 kJ, 425 kcal

52. Woche - 22.12. - 26.12.2025

Montag

Geschnetzeltes von der Pute mit Möhren-Gemüse & Salzkartoffeln (G) (3,uw,aw,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1203 kJ, 287 kcal

Dienstag

Makkaroni mit Jagdwurst in Tomaten-Basilikum-Soße & geriebenem Käse (S) (2,3,7,uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 2835 kJ, 676 kcal

Mittwoch

Weihnachten

Donnerstag

1. Weihnachtsfeiertag

Freitag

2. Weihnachtsfeiertag

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz. Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 15 = mit Nitritpökelsalz, 23 = mit Knoblauch

Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide* (Überbegriff), uw = enth. Weizen*, nr = enth. Roggen*, gb = enth. Gerste*, go = enth. Hafer*, gs = enth. Dinkel*, gk = enth. Kamut*, ax = enth. Hybridstämme*, ac = enth. Krebstiere*, ae = enth. Eier*, af = enth. Fische*, ap = enth. Erdnüsse*, ay = enth. Sojabohnen*, am = enth. Milch*, an = enth. Schalenfrüchte* (Überbegriff), sa = enth. Mandeln*, sh = enth. Haselnüsse*, sw = enth. Walnüsse*, sc = enth. Kaschunüsse*, sp = enth. Pecannüsse*, sr = enth. Paranüsse*, st = enth. Pistazien*, sm = enth. Macadamianüsse*, sq = enth. Queenslandnüsse*, bc = enth. Sellerie*, bm = enth. Senf*, as = enth. Sesam*, au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite, nl = enth. Lupinen*, um = enth. Weichtiere* | *und daraus gewonnene Erzeugnisse