



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



10. Woche - 02.03 - 06.03.2026

Montag

Mecklenburger Gemüse Eintopf mit Sellerie, Porree, Erbsen, Möhren & Bohnen (V) (uw,aw,bc)
Vollkornbrot (V)
Fruchtjoghurt (V) (am)

Energie pro Portion: 1387 kJ, 331 kcal

Dienstag

Hefeklöße (V) (uw,aw,ae,am)
Vanillesoße (V) (am)
Pfirsichkompott (V)

Energie pro Portion: 2035 kJ, 481 kcal

Mittwoch

Schnittlauchdip (V) (am)
Salzkartoffeln (V)
Butter (V) (am)
Gurke (VN)

Energie pro Portion: 1450 kJ, 347 kcal

Donnerstag

Paniertes Jägerschnitzel aus der Jagdwurst (80g roh) (S)
(2,uw,aw,ae,bm)
fruchtige Tomatensoße (V) (uw,aw,bc)
Spirelli (V)

Energie pro Portion: 1982 kJ, 470 kcal

Freitag

Paniertes Fischfilet vom Seelachs (F) (uw,aw,af,am,bm)
Petersiliensoße (V) (uw,aw,am,bc)
Erbsen-Mais-Gemüse (VN)
Salzkartoffeln (V)

Energie pro Portion: 1618 kJ, 387 kcal

11. Woche - 09.03. - 13.03.2026

Montag

Pichelsteiner Gemüse Eintopf mit Weißkohl, Karotte, Bohne & Eierstich (V) (uw,aw,ae,am,bc)
Vollkornbrot (V)
Obst (V)

Energie pro Portion: 933 kJ, 223 kcal

Dienstag

Boulette vom Schwein (S) (uw,aw,ae)
Vegetarische Bratensoße (V) (uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)
Karotten-Erbsen-Gemüse (V) (uw,aw,bc)
Salzkartoffeln (V)

Energie pro Portion: 1442 kJ, 345 kcal

Mittwoch

Buntes Eierragout mit Karotten, Spargel & Erbsen (V) (uw,aw,ae,am,bc,bm,ay)
Salzkartoffeln (V)
Fruchtjoghurt (V) (am)

Energie pro Portion: 1378 kJ, 328 kcal

Donnerstag

Spinat-Frischkäse-Soße (V) (uw,aw,am,bc)
Penne Tricolore (V) (uw,aw)
Bunter Weißkrautsalat (V) (3,au)

Energie pro Portion: 1995 kJ, 479 kcal

Freitag

Wildlachs Pfanne mit Spreewälder Gemüse (F) (5,bc)
Salzkartoffeln (V)
Obst (V)

Energie pro Portion: 1050 kJ, 252 kcal

12. Woche - 16.03. - 20.03.2026

Montag

Schließtag

Dienstag

Tomaten-Frischkäse-Soße (V) (uw,aw,am,bc)
Makkaroni (V) (uw,aw)
Vanillapudding (V) (am)

Energie pro Portion: 2260 kJ, 537 kcal

Mittwoch

Hefeklöße (V) (uw,aw,ae,am)
Cremige Schokopuddingsuppe (V) (am)
Pfirsichkompott (V)

Energie pro Portion: 1930 kJ, 456 kcal

Donnerstag

Gebackener Mais-Lauch-Rösti (V) (ae,am)
Braune Soße (V) (uw,aw,am,bc,bm)
Möhren-Gemüse (V) (uw,aw,bc)
Kartoffelpüree (V) (am)

Energie pro Portion: 2159 kJ, 526 kcal

Freitag

Nudeleintopf mit Möhren, Erbsen, Sellerie & Porree (V) (uw,aw,ae,bc)
Mini-Kaiserbrötchen (V) (uw,aw,nr,gb,go,as)
Obst (V)

Energie pro Portion: 1019 kJ, 242 kcal

13. Woche - 23.03. - 27.03.2026

Montag

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

Energie pro Portion: 2641 kJ, 628 kcal

Dienstag

Fischfrikadelle (F) (uw,aw,ae,af,am,bm)
Zitronen-Dill-Soße (V) (uw,aw,am,bc)
Erbsenreis (V)
Obst (V)

Energie pro Portion: 2501 kJ, 598 kcal

Mittwoch

Gekochte Eier (V) (ae)
Senfsoße (V) (uw,aw,am,bc,bm)
Salzkartoffeln (V)
Karotten-Apfel-Salat (V) (3)

Energie pro Portion: 1278 kJ, 305 kcal

Donnerstag

Holländischer Blumenkohl Eintopf mit Eierstich (V) (uw,aw,ae,am,bc)
Vollkornbrot (V)
Fruchtjoghurt (V) (am)

Energie pro Portion: 1909 kJ, 455 kcal

Freitag

Schweineroulade "Bauern Art" (S) (uw,aw,ae,bc)
Vegetarische Bratensoße (V) (uw,aw,gb,am,bc,bm,ay)
Grüne Bohnen (VN) (uw,aw,bc)
Salzkartoffeln (V)
Energie pro Portion: 1771 kJ, 424 kcal

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 Natriumpökelsalz, 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