



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



15. Woche - 06.04 - 10.04.2026

Montag

Ostermontag

Dienstag

Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren & geschältem Langkornreis (G)
Karotten-Apfel-Salat
(1,3,uw,aw,af,am,bc,bm,au,ay)

Energie pro Portion: 1482 kJ, 352 kcal

Mittwoch

Quarkkeulchen mit Zucker (V)
Gemüsecremesuppe (Vorsuppe)
Apfelmus (3,uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 3870 kJ, 931 kcal

Donnerstag

Rührei mit Rahmspinat &
Salzkartoffeln (V) (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 1150 kJ, 275 kcal

Freitag

Gebratenes Seelachsfilet mit Honig-Senf-Soße & Kartoffeln (F)
Gurkensalat
(3,uw,aw,af,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 2365 kJ, 566 kcal

16. Woche - 13.04. - 17.04.2026

Montag

Salzkartoffeln mit Kräuterquark &
Butter (V)
Weißkraut-Paprika-Mais-Salat (am)

Energie pro Portion: 1542 kJ, 369 kcal

Dienstag

Gedünstetes Fischfilet mit Senfsoße,
Rotkohlgemüse & Kartoffeln (F)
(3,uw,aw,af,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 1214 kJ, 290 kcal

Mittwoch

Gebackene Geflügelfrikadelle mit
Rahmsoße, Blumenkohl &
Salzkartoffeln (G) (uw,aw,gb,am,bc)

Energie pro Portion: 1107 kJ, 264 kcal

Donnerstag

Milchreis mit Zucker & Zimt (V)
Pflirsichkompott (am)

Energie pro Portion: 2008 kJ, 477 kcal

Freitag

Szegediner Gulasch mit Sauerkraut,
Hefeknödel (S)
Gurkensalat (3,uw,aw,ae,am,bc,au)

Energie pro Portion: 1805 kJ, 429 kcal

17. Woche - 20.04. - 24.04.2026

Montag

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

Energie pro Portion: 1387 kJ, 331 kcal

Dienstag

Deftiger Kesseltulasch mit Kartoffeln,
Paprika, Zwiebeln &
Mini-Kaiserbrötchen (R,S)
Pflirsichkompott
(uw,aw,nr,gb,go,bc,as,ay,S)

Energie pro Portion: 1367 kJ, 324 kcal

Mittwoch

Schnittlauchquark mit Butter &
Salzkartoffeln (V)
Rohgemüse (am)

Energie pro Portion: 1449 kJ, 347 kcal

Donnerstag

Paniertes Jägerschnitzel aus der
Jagdwurst mit Tomatensoße &
Spiralnudeln (S)
(2,uw,aw,ae,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 1982 kJ, 470 kcal

Freitag

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

Energie pro Portion: 1619 kJ, 387 kcal

18. Woche - 27.04. - 01.05.2026

Montag

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

Energie pro Portion: 933 kJ, 223 kcal

Dienstag

Vollkornspirelli mit Tomaten-Kräuter-
Ragout (V)
Reibekäse (uw,aw,am,bc,au)

Energie pro Portion: 2181 kJ, 520 kcal

Mittwoch

Buntes Eierragout mit Möhren,
Erbsen, Salzkartoffeln (V)
Fruchtjoghurt (uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1378 kJ, 328 kcal

Donnerstag

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

Energie pro Portion: 1764 kJ, 423 kcal

Freitag

Tag der Arbeit

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