



# Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



## 19. Woche - 04.05 - 08.05.2026

### Montag

Bunter Gemüseeintopf mit Möhren, Sellerie, Erbsen, Blumenkohl, Kartoffeln & Vollkornbrot (V)  
Obst (uw,aw,bc)

Energie pro Portion: 1060 kJ, 254 kcal

### Dienstag

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

Energie pro Portion: 2262 kJ, 537 kcal

### Mittwoch

Hefeklöße mit heißer Schokoladensoße (V)  
Pfirsichkompott (uw,aw,ae,am)

Energie pro Portion: 1930 kJ, 456 kcal

### Donnerstag

Gebackener Mais-Lauch-Rösti mit brauner Kräutersoße, Möhrengemüse & Kartoffelpüree (V)  
(3,uw,aw,ae,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 2195 kJ, 526 kcal

### Freitag

Schweinebraten (S) mit Bratensoße, Bayrisch Kraut & Kartoffeln (uw,aw,bc,bm,R)

Energie pro Portion: 1087 kJ, 260 kcal

## 20. Woche - 11.05. - 15.05.2026

### Montag

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

Energie pro Portion: 2538 kJ, 604 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 (3,uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1278 kJ, 305 kcal

### Donnerstag

Christi Himmelfahrt

### Freitag

Schließtag

## 21. Woche - 18.05. - 22.05.2026

### 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: 2679 kJ, 639 kcal

### Mittwoch

Grießbrei mit Zucker & Zimt (V)  
Apfelmus (3,uw,aw,am)

Energie pro Portion: 1936 kJ, 460 kcal

### Donnerstag

Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen, Möhren, Sellerie & Lauch (S)  
Fruchtjoghurt (2,3,7,uw,aw,am,bc,S)

Energie pro Portion: 1534 kJ, 433 kcal

### Freitag

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

Energie pro Portion: 953 kJ, 227 kcal

## 22. Woche - 25.05. - 29.05.2026

### Montag

Pfingstmontag

### Dienstag

Blumenkohl-Käse-Stern mit brauner Kräutersoße & Kartoffelpüree (V)  
Obst (3,8,uw,aw,ae,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 2053 kJ, 490 kcal

### Mittwoch

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

Energie pro Portion: 3870 kJ, 931 kcal

### Donnerstag

Hähnchengulasch mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (G)  
(3,uw,aw,am,bc,au,R)

Energie pro Portion: 1240 kJ, 296 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

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