



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



37. Woche - 07.09 - 11.09.2026

Montag

Schweinefrikadelle mit Soße,
Brechbohnen & Kartoffeln (S)
(uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1649 kJ, 395 kcal

Dienstag

Hähnchengeschnetzeltes mit
Früchten, Asiagemüse, Curry &
Langkornreis (G)
Obst (3,uw,aw,am,bc,bm,ay)

Energie pro Portion: 1275 kJ, 302 kcal

Mittwoch

Gekochtes Ei in Senfsoße &
Salzkartoffeln (V)
Gurkensalat (uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1116 kJ, 266 kcal

Donnerstag

Seelachspfanne in "Spreewälder
Soße" & Langkornreis (F)
Quarkdessert (1,3,uw,aw,af,am,bc,au)

Energie pro Portion: 3323 kJ, 786 kcal

Freitag

Grießbrei mit Zimt-Zucker &
Pfirsichkompott (V)
(uw,aw,am)

Energie pro Portion: 1762 kJ, 417 kcal

38. Woche - 14.09. - 18.09.2026

Montag

Kartoffelsuppe mit Jagdwurstwürfel
(S)
Obst (2,3,7,uw,aw,bc)

Energie pro Portion: 748 kJ, 178 kcal

Dienstag

Bratwurst mit Rahmsoße, Sauerkraut
& Salzkartoffeln (S)
(7,uw,aw,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 2044 kJ, 490 kcal

Mittwoch

Wildlachsfiletwürfel in Kräutersoße &
Salzkartoffeln (F)
Möhrensalat
(2,3,5,uw,aw,af,am,bc,au)

Energie pro Portion: 1146 kJ, 273 kcal

Donnerstag

Paniertes Jägerschnitzel (Jagdwurst)
mit Tomatensoße & Spirelli (S)
(2,uw,aw,ae,bm)

Energie pro Portion: 2623 kJ, 623 kcal

Freitag

Farfalle (Nudelschleifchen) mit Spinat-
Käse-Soße (V)
Birnenkompott (uw,aw,am,bc)

Energie pro Portion: 2148 kJ, 510 kcal

39. Woche - 21.09. - 25.09.2026

Montag

Schmorkohl-Hackfleisch-Pfanne mit
Salzkartoffeln (S)
Fruchtjoghurt (uw,aw,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1286 kJ, 306 kcal

Dienstag

Schweinegeschnetzeltes mit
Gabelspaghetti (S)
Obst (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 2144 kJ, 510 kcal

Mittwoch

Putengulasch, Möhrengemüse &
Vollkornreis (G)
(uw,aw,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 1460 kJ, 346 kcal

Donnerstag

Kochklops mit Kapernsoße &
Salzkartoffeln (V)
Rotkrautsalat (3,uw,aw,am,bc,au)

Energie pro Portion: 1408 kJ, 337 kcal

Freitag

Brokkolicremesuppe, Eierkuchen mit
Zucker & Apfelmus (V)
(3,uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 2069 kJ, 491 kcal

40. Woche - 28.09. - 02.10.2026

Montag

Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren
& Langkornreis (G)
Obst (1,3,uw,aw,af,am,bc,bm,au,ay)

Energie pro Portion: 2774 kJ, 656 kcal

Dienstag

Grießbrei mit Zimt-Zucker (V)
Pfirsichkompott (uw,aw,am)

Energie pro Portion: 1762 kJ, 417 kcal

Mittwoch

Frikadelle mit Soße, Erbsen &
Salzkartoffeln (S)
(uw,aw,ae,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 1466 kJ, 351 kcal

Donnerstag

Wurstgulasch mit Spirelli (S)
Obst (2,3,7,8,uw,aw,bc,bm,S)

Energie pro Portion: 4997kJ, 1193kcal

Freitag

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

Energie pro Portion: 1115 kJ, 267 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 Nitrtpökelsalz, 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