





















Kinder-Speiseplan KW 12/2023

	Montag 20.03.2023	Dienstag 21.03.2023	Mittwoch 22.03.2023	Donnerstag 23.03.2023	Freitag 24.03.2023
Kitafit	Putengeschnetzeltes mit Reis und Karottensalat 	Bio-Spaghetti mit Rinderbolognese dazu Farmersalat U3 	Geflügelbratwurst mit Curry-Ketchupsauce und Kartoffelbällchen dazu Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing 	Mehliertes Fischfilet mit Rahmspinat und Kartoffeln U3 	Cevapcici mit Ajvarsauce, Reis und Krautsalat 
Vegifit	Karottengulasch mit Reis U3 	Bio-Spaghetti mit Sojabolognese dazu Farmersalat 	Vegetarische Bratwurst mit Curry-Ketchupsauce und Kartoffelbällchen dazu Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing 	Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffeln 	Falafelbällchen mit Ajvarsauce, Reis und Krautsalat U3 
Wahl Menü	Paprikacremesuppe Grießbrei mit Kirschkompott 	Panierter Grillkäse mit grünen Bohnen und Kartoffelgratin 	Gemüsecurry mit Nudeln U3 	Kartoffelcremesuppe mit Putensaiten und Croutons 	Gemüselasagne mit Bechamelsauce und Krautsalat 
Dessert	Apfel	Schokopudding	Birne	Fruchtquark	Apfel
Beilagensalat	Karottensalat	Farmersalat	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing	Endiviensalat mit Essig-Öl-Dressing	Krautsalat
Sonderkost <small>Einzelportion verpackt (Gluten-, Milch- und Eifrei)</small>	Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse und Putensaiten 	Rinderbraten mit Bratensauce, Karotten-Erbsen-Gemüse und Kartoffeln 	Gemüsecurry mit Reis 	Seelachsfilet mit Cremesauce dazu Spinat und Reis 	Linsen mit Nudeln und Putensaiten 
Gut zu wissen...	Karottensalat ist ein Gemüsesalat aus den Wurzeln der Karotte. Die Karotte selbst ist reich an Beta-Carotin, das vom Körper in Vitamin A umgewandelt wird. Da es fettlöslich ist, sollte man dem Salat immer Öl zugeben, damit es besser aufgenommen werden kann.	Unsere Spaghetti kaufen wir bei Jeremias Nudeln in Birkenfeld bei Pforzheim. Die Spaghetti werden klassischerweise aus Hartweizengrieß und Wasser hergestellt, während in Deutschland bei der Produktion auch hin und wieder Eier zugesetzt werden.	Unsere küchenfertige Blattsalat-Mischung haben wir speziell für die Verpflegung in Kita und Schule mit unserem Lieferanten Sapro aus Ilsfeld zusammengestellt. Auf scharf schmeckenden Salat wie Rucola oder bitter schmeckenden Chicorée haben wir dabei bewusst verzichtet.	Oft wird darauf hingewiesen, dass Spinat besonders viel Eisen enthält. Hierbei handelt es sich allerdings um einen Mythos! Der Eisengehalt wurde damals bei getrocknetem Spinat gemessen. Da Spinat zu ~ 90% aus Wasser besteht, reduziert sich der Gehalt von 35g auf ~ 3g pro 100g.	Falafel waren ursprünglich ein proteinreiches Arme-Leute-Essen. Die kleinen Bratlinge sind insbesondere in arabischen Ländern verbreitet und in Israel sogar das Nationalgericht. Traditionell werden sie aus zerkleinerten Bohnen, Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen hergestellt.



Katzenbachstraße 93 70563 Stuttgart Tel. 0711 / 65 69 63 37 Fax: 0711 / 65 69 63 39

hunger@beerschwinger-menueservice.de
www.beerschwinger-menueservice.de



Änderungen vorbehalten.

Informationen über die enthaltenden Allergene und Zusatzstoffe erhalten Sie vom Personal bzw. finden Sie auf der Rückseite!

Allergene Zusatzstoffe

KW 12 #WERT!	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Kidfit	Putengeschnetzeltes AW,AG,B,I,J,Z	Rinderbolognese AW,AG,B,I,J,Z / 3	Geflügelbratwurst Z / 7	Fischfilet mehliert AW,B,D,G,Z	Cevapcici AW,F,G,Z
	Reis B,Z	Bio-Spaghetti AW,F,Z	Curry-Ketchupsauce AW,AG,B,I,J,Z / 8	Rahmspinat AW,B,Z	Ajvarsauce AW,AG,B,I,J,Z / 3
	Karottensalat Z / 2	Farmersalat AW,F,J,Z / 2,3	Kartoffelbällchen B,F,Z	Kartoffeln B,Z	Reis B,Z
			Blattsalat Z		Krautsalat J,Z / 2,3
			Essig-Öl-Dressing AW,AG,G,I,J,M, Z / 3		
			Dressing abgepackt B,F,G,J,M,Z / 1,3,5		
Vegifit	Karottengulasch AW,AG,B,I,J,Z / 3	Sojabolognese AW,AG,B,I,J,Z / 1,3	Vegetarische Bratwurst F,Z	Eieromelette B,F,Z	Falafelbällchen AW,Z
	Reis B,Z	Bio-Spaghetti AW,F,Z	Curry-Ketchupsauce AW,AG,B,I,J,Z / 8	Rahmspinat AW,B,Z	Ajvarsauce AW,AG,B,I,J,Z / 3
		Farmersalat AW,F,J,Z / 2,3	Kartoffelbällchen B,F,Z	Kartoffeln B,Z	Reis B,Z
			Blattsalat Z		Krautsalat J,Z / 2,3
			Essig-Öl-Dressing AW,AG,G,I,J,M, Z / 3		
			Dressing abgepackt B,F,G,J,M,Z / 1,3,5		
Wahl Menü	Paprikacremesuppe AW,AG,B,I,J,Z / 3	Panierter Grillkäse AW,B,Z	Gemüsecurry AW,J,Z	Putensaiten G,Z / 2,3,7	Gemüselasagne AW,B,F,J,Z
	Grießbrei AW,B,Z	Butterbohnen B,Z	Nudeln AW,B,F,Z	Kartoffelcremesuppe AW,AG,B,I,J,Z	Bechamelsauce AW,AG,B,I,J,Z
	Kaltes Kirschkompott B,Z	Kartoffelgratin B,Z		Croutons AW,Z	Krautsalat J,Z / 2,3
Dessert	Apfel 9	Schokopudding B,Z	Birne 9	Fruchtquark B,Z	Apfel 9
Beilagensalat	Karottensalat Z / 2	Farmersalat AW,F,J,Z / 2,3	Blattsalat Z	Endiviensalat Z	Krautsalat J,Z / 2,3
			Essig-Öl-Dressing AW,AG,G,I,J,M, Z / 3	Essig-Öl-Dressing AW,AG,G,I,J,M, Z / 3	
			Dressing abgepackt B,F,G,J,M,Z / 1,3,5	Dressing abgepackt B,F,G,J,M,Z / 1,3,5	
Sonderkost Einzelportion verpackt	Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse und Putensaiten G,J,Z / 2,3,7	Rinderbraten mit Bratensauce, Karotten- Erbsengemüse und Kartoffeln Z	Buntes Gemüsecurry mit Reis J,Z	Seelachsfilet mit Cremesauce, Spinat und Reis D,Z	Linsen mit Nudeln und Putensaiten G,M,Z / 2,3,7

Allergene:

AW Gluten, Weizen
AR Gluten, Roggen
AG Gluten, Gerste
AH Gluten, Hafer
AD Gluten, Dinkel
B Milch, Laktose
C Krebstiere
D Fische
E Weichtiere

F Eier
G Senf
H Sesamsamen
I Soja
J Sellerie
KM Schalenfrüchte, Mandeln
KH Schalenfrüchte, Haselnüsse
KK Schalenfrüchte, Cashewnüsse
KPE Schalenfrüchte, Pecannüsse

KPA Schalenfrüchte, Paranüsse
KPI Schalenfrüchte, Pistazien
KMC Macadamie-/Queenslandnüsse
KW Walnüsse
L Erdnüsse
M Schwefeldioxid + Sulfit
N Lupine

Z Kreuzkontaminationen mit Allergenen
sowie Spuren von Nüssen können
nicht ausgeschlossen werden.

Obst gewachst, vor Verzehr waschen

Zusatzstoffe:

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoffen
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 mit Phosphat
8 mit Süßungsmittel
9 gewachst

Für all unsere Speisen gilt: Kreuzkontaminationen mit Allergenen sowie Spuren von Nüssen können nicht ausgeschlossen werden.
Bei Menüs, die als Einzelportion geliefert werden, müssen die Allergene der Komponenten zusammengefasst betrachtet werden.