



Menüplan für die

Nach den Ferien 28.04.2025 bis 02.05.2025

Tour: _____ Kd-Nr.: _____

Bitte Angebote & Hinweise auf der Rückseite beachten!

Einrichtung: _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	H1 Gefl. Köttbullar 4 p.K. ☺	H1 Carbonarasoße B,C,G ☺	H1 Pizzasuppe mit Hackfleisch ☺	H1 *****	H1 O Fisch Nuggets 3-4 p.K. ☺ O Eieromelette Natur dazu Püree und Rahmspinat
Vegetarische Komponente	V2 oder Veggie Köttbullar 4 p.K.	V2 oder Käsesoße ☺	V2 oder Veggie Pizzasuppe	V2 oder TAG DER ARBEIT	Salat *****
Beilagen	in Soße nach „Cumberland Art“ dazu Kartoffeln und Rotkohl	dazu O Nudeln O Vollkornnudeln und	dazu Vollkorn-Fladenbrot	*****	Extra-Omega oder Sahnehering ab dem Schulalter geeignet dazu Kartoffeln
Salat	*****	O Blattsalat-Mix O Rohkostsalat	*****	*****	
Dessert	Heidelbeerquarkzubereitung	Frisches Obst	Grießbrei	*****	Schoko-Müsli-Joghurt
Rohkost	oder Möhrensticks	oder *****	oder Kohlrabisticks	oder *****	oder Gurkenscheiben
Tauschmenü	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen	H3 V4 V5 bei Bedarf bitte ankreuzen
EXTRAS siehe RS	Anzahl: + Allergenessen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*: GESAMT:	Anzahl: + Allergenessen*: GESAMT:
TAUSCH DER WOCHE	H3 Würstchengulasch B,C,G dazu Reis und Salat	V4 2 Marillenkügel dazu Vanillesoße	V5 *****	Alternative Beilagen: TK Rösti	Alternative Desserts: Frisches Obst, eingelegtes Obst, Trinkjoghurt Eis, Marsriegel S.Packung

A: mit Farbstoff / B: mit Konservierungsstoff / C: mit Antioxidationsmittel / D: mit Geschmacksverstärker / E: gewachst / F: mit Süßungsmittel / G: mit Phosphat



Die Geschmäcker sind zum Glück verschieden!

Damit es Ihnen an Abwechslung nicht fehlt, dürfen Sie Zusätzlich zu den täglich angebotenen Auswahlmenüs der Wochenkarte, aus folgenden Wechselmenüs wählen. Notieren Sie das Kürzel des Wechselmenüs (z.Bsp.: „W1“) im Feld der EXTRAS auf der Vorderseite.

Unsere EXTRA-Alternative

W1 Tomatenkäserahmsoße mit Nudeln und Saft

W2 Kaiserschmarrn mit Apfelmus

W3 Pizza Magherita mit Salat

W4 Brioche Burger mit Valess Schnitzel - Ketchup und Rote Beete Sahne Salat

W5 Zwei Hot Dogs mit Ketchup/Mayo - Röstzwiebeln und Gurken

Unser Rohkost / Dessert-Ersatz

RK Rohkostkiste

RP Rohkostplatte

RS Rohkostsalat

OP Obstplatte

Bitte tragen Sie das Kürzel des jeweiligen Austauschmenüs in das Feld „EXTRAS“ auf der Vorderseite ein!
Vielen Dank.

Unsere Abkürzung zu Allergen/Sonderessen:

Die Allergene unserer Gerichte finden Sie in unserem Allergenkatalog.

A Apfel	T Tomate
B Erdbeere	U Schokolade
C Schalenfrucht	V Vegetarisch
D Geschmacksverstärker	W Weichtiere
E Eiweiß	X Sesam
F Fructose	Y Schonkost
G Gluten	Z Zucker
H Hefe	Ä Vegan
I Fisch	Ü Süßstoff
J Sellerie	Ö Möhre
K Kalorienarm	Â Lupine
L Laktose	Ô Schwefel und Sulfit
M Milch	Ĉ Alkohol
N Nuß	Ĝ Glutenunverträglichkeit
O Erdnuß	Ĥ Knoblauch
P Paprika	Ŝ Zwiebel
Q Senf	Ŵ Konservierungsstoffe
R Rind	Ŷ Krebstiere
S Soja	Ŕ Farbstoffe

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Folgen Sie dem „grünen Weg“ der Ernährung:

Eine vollwertige Ernährung nach den Vorgaben der D-A-CH Richtlinie wird bei uns täglich groß geschrieben. So bereiten wir **fettarme**, **zuckerarme** und **salzarme** Gerichte in einer besonders **nährstoffschonenden** Garmethode für Sie zu. Unser „grüner Weg“ liefert Ihnen somit eine gesunde Leitlinie, um ein perfektes Zusammenspiel von **geprüften Nährwertanalysen**, **Omega 3 Fettsäuren** und **alternativen Wechselgerichten** (Kinderklassiker) zu vereinen und den Kindern ein abwechslungsreiches aber auch gesundes Essen zu kochen. Folgen Sie dem **fettgedruckten** „Smiley“ 😊 -Weg für einen optimalen „grünen Weg“. Zusätzliche Rohkostalternativen bieten optional ein Höchstmaß an **vollwertiger Ernährung**.

Auszug aus den D-A-CH-Anforderungen:



je 4-Wochenplan	
Getreide, -produkte, Kartoffeln	20x davon mind. 4x VK Produkte und max. 4x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse, Salate	20x davon mind. 8x Rohkost oder Salat
Obst	mind. 8x TK oder frisch
Milch, -produkte	mind. 8x
Fleisch, Wurst, Fisch, Ei	max 8x Fleisch, Wurst - davon 4x mageres Muskelfleisch, kein Schweinefleisch verwenden mind. 4x Seefisch - davon 2x fettreicher Seefisch