



# 3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



## Mai 2024

## 389

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 <b>BÄREN-HUNGER</b> <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, das Beste aus der Region</small>		FIT & FUN <small>Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2</small>		MENÜ 2 <b>KOHL-DAMPF</b> <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weisheit</small>		
		Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	
Donnerstag	02.	<b>gebratene Hähnchenbrust</b> Gemüse-Rahmsoße (Möhren, Blumenkohl, Broccoli, Sahne) Vollkornreis	a g VB VB	<b>Honigjoghurt</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Vollkornpenne-Gemüse-Pfanne</b> (Penne, rote Zwiebel, Mais, Möhrenstreifen, Brokkoli) Bärlauchrahmsoße	a VB a g VB	
Freitag	03.	<b>Fischfilet im Knuspermantel</b> Remouladensoße Kartoffeln	a d F c g VB	<b>Kohlrabisalat</b>  <b>Sonnenblumenkerne</b>	v V V	<b>Serbischer Bohneneintopf</b> (Kartoffel, weiße & rote Bohne, Karotte, Sellerie, Lauch) Mini-Brötchen	a i VB a VB	
Montag	06.	<b>Rahmspinatsoße</b> Penne	a g VB a VB	<b>Birne</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Vegetarisches Ragout</b> "Ungarische Art" (Valesswürfel®, Paprika, Erbse, Karotte, Tomate) Tomaten-Bulgur	a ad c g V a VB	
Dienstag	07.	<b>Kartoffel-Hackfleisch-Auflauf</b> (Rinderhackfleisch, Wurzelgemüse, Zwiebel, Tomate, Kartoffelpüree, Käse)	a g i RB	<b>Vanillepudding</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Veg. Grünkernbolognese</b> (Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse) Spiralnudeln geriebener Gouda	a i VB a VB g VB	
Mittwoch	08.	<b>Eierragout</b> Leipziger Allerlei Kartoffeln	a c j g V VB VB	<b>Obst des Tages</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Gemüsebulette</b> Letschosoße Reis	a g i V a VB VB	
Donnerstag	09.	<b>CHRISTI HIMMELFAHRT</b>						
Freitag	10.							
Montag	13.	<b>Tomatensoße "Arabiata"-Art</b> (Tomate, Zwiebel, frische Kräuter) Vollkornmakaroni Gouda, gerieben	a VB a VB g VB	<b>Obst des Tages</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Reis-Gemüse-Topf</b> (Vollkornreis, Erbse, Karotte, Brokkoli, Blumenkohl, Tomate, Hirtenkäse) Aioli-Dip (kalter Dip mit Mayonnaise, Olivenöl)	a g VB c g V	
Dienstag	14.	<b>Dönerspaghetti</b> (Spaghetti, Hähnchenkebab) Kräuter-Knoblauch-Soße Mixsalat	a G a c g V V	<b>Grießpudding</b>  <b>Gemüse</b>	a g VB VB	<b>Indisches Kokoscurry</b> (Kichererbse, Karotte, Erbse, Kokos, Zwiebel, Sahne, Blumenkohl, Sesam) Pide	a g k V a k VB	
Mittwoch	15.	<b>Hefeklöße</b> Beerensoße	a c g VB VB	<b>Banane</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Ragout von bunten</b> Hülsenfrüchten (Kidneybohne, weiße Bohne, Kichererbse, Linse) Vollkornbaguette	a V a ab VB	
Donnerstag	16.	<b>Rindfleischragout</b> "Ungarische Art" Rotkohl Spätzle	a RB VB a c g VB	<b>Zitronenjoghurt</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Kartoffelsuppe</b> (Kartoffel, Sellerie, Karotte, Lauch) Brot	a i VB a ab VB	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe	BIO
1 mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB	
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB	
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	G Geflügel	GB	
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite >10mg/kg/l	F Fisch	FB	
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB	
7 gewachst	af Kamut			vegan	VB	
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift = BIO	DE-ÖKO-044



# 3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



## Mai 2024

## 389

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 BÄREN- HUNGER <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, das Beste aus der Region</small>	Allergene	Komponenten	MENÜ 2 FIT & FUN <small>Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2</small>	Allergene	Komponenten	MENÜ 2 KOHL- DAMPF <small>Nach DGE - Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise</small>	Allergene	Komponenten
Freitag	17.	<b>Seelachs "Müllerin"- Art</b> Spreewälder Soße (helle Soße, Gemüsestreifen, Gewürzgurkenstreifen) Salzkartoffeln	a d a g i	F V VB	<b>Gurkensalat</b>  <b>Sonnenblumenkerne</b>	V V	<b>Buntes Tomatenragout</b> (Möhre, Zucchini, Tomate, Zwiebel, Rucola, Kürbiskern)  Nudein	a a	V VB	
Montag	20.	<b>PFINGSTMONTAG</b>								
Dienstag	21.	<b>Tomaten-Wurst-Ragout</b> (Geflügeljagdwurst, Tomate, Zwiebel)  Spirelli geriebener Gouda	a 8 a g	G VB VB	<b>Milchreis</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Brokkoli-Kokos-Topf</b> (Brokkoli, Zwiebel, Blumenkohl, Möhre, Kichererbse, Kokos, Hirtenkäse)  Reis	a g i	VB VB	
Mittwoch	22.	<b>Gekochtes Ei</b> Spinat Kartoffelpüree	c a g g	V VB VB	<b>Honigmelone</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Köttbullar</b> (vegetarisch, aus Gemüse) Minz-Dip Gemüsebulgur	g a i	V VB VB	
Donnerstag	23.	<b>Hähnchenschnitzel</b> Erbsen-Möhren-Gemüse Rahmsauce Salzkartoffeln	a a g	G VB VB	<b>Fruchtjoghurt</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Kichererbsenragout</b> (Kürbis, Tomate, Kichererbse, Zucchini, Zwiebel, Paprika, rote Linse) Couscous	a a	V VB	
Freitag	24.	<b>Backfisch</b> Tomatensoße Vollkornreis	c d g a	F VB VB	<b>Rote Bete-Salat</b>  <b>Sonnenblumenkerne</b>	V V	<b>Bauereintopf</b> (Kartoffel, Wurzelgemüse, Zwiebel, Bohne, Paprika, Tomate) Vollkornbrot	a i a ab	VB VB	
Montag	27.	<b>Vegetarische Carbonarasoße</b> (geräucherter Tofu, Zwiebel, Gemüsestreifen)  Vollkornpenne	a f g i a	VB VB	<b>Clementine</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Gemüse-Paella</b> (Vollkornreis, Paprika, Staudensellerie, Karotte, Champignon, Olive) Paprika-Dip	a i g	VB V	
Dienstag	28.	<b>Weißkohleintopf</b> <b>mit Rindfleisch</b> (Rindfleischwürfel, Möhre, Weißkohl, Zwiebel, Wurzelgemüse) Vollkornbaguette	a i a ab	RB VB	<b>Beerenquark</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Vollkornnudel-Spinat-Auflauf</b> (Nudel, Blattspinat, Tomate, Béchamelsoße, Mozzarella)  Cremesoße	a c g a g	VB VB	
Mittwoch	29.	<b>Milchgrieß</b> Kirschoße	a g	VB VB	<b>Obst des Tages</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Bunter Kohlrabieintopf</b> Vollkornbrot	a a ab	VB VB	
Donnerstag	30.	<b>Rinderhackfleischsoße</b> (Rinderhackfleisch, Tomate, Zwiebel, Karotte, Sellerie, Lauch) Gabelspaghetti Gouda, gerieben	a i a g	RB VB VB	<b>Schokoladenpudding</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Kartoffel-Gemüse-Topf</b> mit Hirtenkäse (Karotte, Zucchini, Paprika, Zwiebel, Kirschtomate, Kartoffel-Drillinge) Baguette	a g a ab	VB VB	
Freitag	31.	<b>Gedünsteter Seelachs</b> Kräutersoße Kartoffelpüree	d a g g	F V VB	<b>Möhrensalat</b>  <b>Sonnenblumenkerne</b>	V V	<b>Grüne Erbseneintopf</b> (Kartoffel, Zwiebel, Wurzelgemüse) Vollkornbrot	a i a ab	VB VB	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe	BIO	
1 mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB	grüne Schrift = BIO DE-ÖKO-044	
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB		
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	G Geflügel	GB		
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg/l	F Fisch	FB		
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB		
7 gewachst	af Kamut			vegan	VB		
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten						