

## Speisekarte KW 39

Für die Woche vom:

27.09.2021

bis 01.10.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

### Vollkost

#### Schwäbisches Linsengemüse mit Geflügelwienener und Spätzle#



Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Sellerie

3, 8



#### "Kartoffel-Cheeseburger" Bio-Gemüse-Kartoffelpuffer gefüllt mit Tomatengemüse und Salat#



Gluten (Dinkel), Milch (Lactose), Sellerie

#### Schwäbisches Linsengemüse mit Spätzle#



#### Aktion: Große Pause für die Erde! Veganes Gulasch mit Waldpilzen, Wellennudeln und Bio-Mischgemüse#



#### Bio-Vollkornpenne mit Spinatrahmsauce#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

#### Bio-Gnocchi-Bio-Gemüsepfanne mit Käsesauce#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

### Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Die Speisekartengrafik ist angelehnt an Vorgaben des Bundes der Kindernahrung. Die Kindernahrung Deutschland sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Das Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Anpassungen pro 100g verarbeitete Komponenten. Die Angaben der Zusatzstoffe sind in Prozent / Menge angegeben. Zusatzstoffe sind in der Liste angegeben. Die Nährwerte dieses Getränkes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zitrone und Zitrusbeeren (Gly, Geflügel (R), Rindfleisch, (S) Schwein, (P) Fisch, Die Bestandteile sind unter dem Gesichtswinkel der Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Ernährungstabelle, Ernährung.

# Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



## Speisekarte KW 40

Für die Woche vom:

04.10.2021

bis 08.10.2021

Montag



Mini-Geflügel-Currywurst mit Backofen-Frites#

Senf

8

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen

Dienstag



Pfannengulasch vom Rind mit Wurzelgemüse und Bio-Gnocchi#

Mittwoch



Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und fair gehandelter Bio-Vollkornreis, dazu Sour Cream#

Milch (Lactose)

Donnerstag

Freitag

### Vollkost

### Vegetarisch

Gemüsebratling mit Currysaucе und Backofen-Frites#

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

Kartoffel-Lauchgemüse-Topf mit Gnocchi#

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Vegetarisches Chili mit fair gehandelter Bio-Vollkornreis und Sour Cream#

Sojabohnen, Milch (Lactose)

Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomatens-Basilikum-Sauce und Bio-Reisbeilage#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

LAHMAGUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce#

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)

### Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

# Die Speisekarteauswahl ist nachfolgend angegeben:  
Die Zubereitung erfolgt ohne Zusatzstoffe für:  
Allergiker (A), Gluten (G), Laktose (L), Eiweiß (E), Meeresfrüchte (M), Nüsse (N), Rohkost (R), Weizen (W), Soja (S), Milch (M), Eier (E), Fisch (F), Fleisch (FL), Schweinefleisch (SW), Geflügel (GFL), Pilze (P), Getreide (GT), Backwaren (BK), Bio (B), Vegane (V), Vegetarisch (VE), Freigegeben (FG).  
Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe an: 1 = ohne Zusatzstoffe, 2 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 3 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 4 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 5 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 6 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 7 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 8 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 9 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z).

# Die Speisekarteauswahl ist nachfolgend angegeben:  
Die Zubereitung erfolgt ohne Zusatzstoffe für:  
Allergiker (A), Gluten (G), Laktose (L), Eiweiß (E), Meeresfrüchte (M), Nüsse (N), Rohkost (R), Weizen (W), Soja (S), Milch (M), Eier (E), Fisch (F), Fleisch (FL), Schweinefleisch (SW), Geflügel (GFL), Pilze (P), Getreide (GT), Backwaren (BK), Bio (B), Vegane (V), Vegetarisch (VE), Freigegeben (FG).  
Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe an: 1 = ohne Zusatzstoffe, 2 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 3 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 4 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 5 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 6 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 7 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 8 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 9 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z).

# Die Speisekarteauswahl ist nachfolgend angegeben:  
Die Zubereitung erfolgt ohne Zusatzstoffe für:  
Allergiker (A), Gluten (G), Laktose (L), Eiweiß (E), Meeresfrüchte (M), Nüsse (N), Rohkost (R), Weizen (W), Soja (S), Milch (M), Eier (E), Fisch (F), Fleisch (FL), Schweinefleisch (SW), Geflügel (GFL), Pilze (P), Getreide (GT), Backwaren (BK), Bio (B), Vegane (V), Vegetarisch (VE), Freigegeben (FG).  
Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe an: 1 = ohne Zusatzstoffe, 2 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 3 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 4 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 5 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 6 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 7 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 8 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z), 9 = ohne Zitrone und Zuckerbeizmittel (Z).



# Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



## Speisekarte KW 41

Für die Woche vom:

11.10.2021

bis 15.10.2021

Montag



**Rindergulasch mit Kartoffelknödeln#**

Gluten (Weizen), Senf

Dienstag

**Seelachs-Backfisch-Filet mit Bio-Rahmspinat und Bio-Dampfkartoffeln#**

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Mittwoch



**Vegetarischer Bio-Linseneintopf mit Bio-Brötchen**

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie



DE-ÖKO-003



**Bio-Gemüsesuppe und Pancakes mit Bio-Vanillesauce und Apfelragout#**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

**Rührei mit Bio-Rahmspinat und Dampfkartoffeln#**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

**Krosse Soja-Nuggets auf Dinkelreis mit leckerem Dip#**

Gluten (Weizen, Dinkel), Sojabohnen, Senf, Eier

**Bio-Spirelli mit Gemüse-Bolognese und Reibekäse#**

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie

**Dessert/ Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**



## Speisekarte KW 43

Für die Woche vom:

25.10.2021

bis 29.10.2021

Montag



Zarte Hähnchenbrustfilet-Streifen mit Paprikarahm und Bio-Knöpfe#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier

Dienstag



Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Bio-Kartoffeln#

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Mittwoch



Fit-Pizza Salami mit Rindersalami, Mozzarella und Paprika#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

Krosse Soja-Sticks mit Paprikarahm und Bio-Knöpfe#

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose) Eier

Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln#

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Bio-Ofen-Kartoffelwedges mit Bio-Kräuterdip#

Milch (Lactose)

Fit-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerte

Vegetarischer Bratling auf Sojabasis mit milder Currysauce und Würzkartoffeln#

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/ Sulphit

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

1

## Speisekarte KW 44

Für die Woche vom:

01.11.2021

bis 05.11.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

**Vollkorn**  
Bio-Ravioli mit vegetarischer Füllung, dazu Bio-Blattspinat und Bio-Tomaten-Basilikumsauce#

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)



**Vegetarisch**  
Saftgulasch vom Rind mit Bio-Vollkornnudeln und überbackenes Seelachsfilet mit Tomaten und Käse, dazu Kartoffelpüree#

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)



**Vegetarisch**  
Bio Mini Frischkäse-Kartoffeltaschen mit Bio-Rahmerbsen#

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



DE-ÖKO-003

**Gemüseburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup#**

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen



DE-ÖKO-003

**Bio-Vollkornpenne-Bio-Rahmöhren-Gratin#**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



DE-ÖKO-003

**Bio-Knöpfele-Bio-Gemüsepfanne mit Bio-Sahnesauce#**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

**Offenfrischer Spinatstrudel mit Pinienkernen und Hirtenkäse, dazu Sour Cream und für gehandelte Bio-Vollkornreis#**

Gluten(Weizen) Eier, Milch (Lactose), Sojabohnen

**Dessert/ Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

**Dessert / Salat**

Die Speisekartengrafik ist angelehnt an Vorgaben des Institutes für Ernährung, der Kindernahrung, Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwerte dieses Getränkes sind ohne Zucker oder Süßholzwurzel / ohne Zinn und Zink oder Bienenhonig (G) - Cellulose (R) - Rindfleisch (R) - Schwein (P) - Fleisch. Die Bezeichnungen sind nach den Kriterien von der Allergikern aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe an. Ernährung ist die Grundlage.