



kochen selbst  
natürlich  
frisch

zeitgemäße Kita- und  
Schulverpflegung für Berlin und  
Brandenburg



Drei Köche GmbH, Bennostraße 2 in 13053 Berlin, Telefon: (030) 99 27 33 2-0  
Fax: (030) 99 27 33 22-0, E-Mail: kundenservice@drei-koeche.de, Web: www.drei-koeche.de

840

# Speiseplan März 2020

Änderungen vorbehalten!

Tag	Datum	freie Wahl Fit & Fun Zusatz <small>solange der Vorrat reicht</small>	MENÜ: 1 BÄRENHUNGER Das Beste aus der Region nach DGE-Qualitätsstandard	VEGETARISCH	Allergene	Komponenten	Tag	Datum	freie Wahl Fit & Fun Zusatz <small>solange der Vorrat reicht</small>	MENÜ: 1 BÄRENHUNGER Das Beste aus der Region nach DGE-Qualitätsstandard	VEGETARISCH	Allergene	Komponenten	
Montag	02.	Birne	Pizza-Tomatensoße Makkaroni Reibekäse	a a g	V VB V		Montag	16.	Obst & Gemüse vom Buffet	Eierpfannkuchen Apfelmus	a c g VB	V VB		
Dienstag	03.	Schokoladenpudding	Gemüse Eintopf Vollkornbrot	a i a ab	V VB		Dienstag	17.	Pflirsichjoghurt	Kalbsfleischklopse Kapernsoße Karottenscheibchen Reis	a c R a g V VB VB	Veg. Klopse Kapernsoße Karottenscheibchen Reis	a c f a g VB VB	V V VB VB
Mittwoch	04.	Apfelmus	Milchreis Zucker&Zimt Tagessüppchen	g  a g	VB V V		Mittwoch	18.	Obst & Gemüse vom Buffet	Penne Spinat-Gorgonzola-Soße	a a g	VB V		
Donnerstag	05.	Obst & Gemüse vom Buffet	Brühnudeln Vollkornbrot	a a ab	VB VB		Donnerstag	19.	Obst & Gemüse vom Buffet	Geflügelbulettschen Letschosoße Bunter Reis (mit Gemüse)	a c G a V VB	Gemüsenuggets Letschosoße Bunter Reis (mit Gemüse)	a c g a VB	V V VB
Freitag	06.	Gurkensalat	Hoki in Reis-Cornflakes-Panade Kräutersoße Salzkartoffeln	a d F  a g V VB	V V VB	Gemüsebratling Kräutersoße Salzkartoffeln	Freitag	20.	Obst & Gemüse vom Buffet	Möhreneintopf Vollkornbrot	a i a ab	VB VB		
Montag	09.	Obst & Gemüse vom Buffet	Vegetarische Soße "Bolognese"-Art Tortellini	a f i  a c g	V V		Montag	23.	Obst & Gemüse vom Buffet	Tofu Tikka Masala (Currygericht nach indischer Art) Langkornreis	a f g  VB	V VB		
Dienstag	10.	Straciatellaquark	Pfannendöner (Hähnchenfleisch, Gemüse) Kräutersoße Spaghetti	a g G a g V a VB	V V VB	Pfannendöner (Sojastreifen, Gemüse) Spaghetti	Dienstag	24.	Himbeerjoghurt	Tortellini-Tomaten-Auflauf mit Käse überbacken	a c g	V		
Mittwoch	11.	Obst & Gemüse vom Buffet	Rührei Rahmspinat Kartoffeln	c g a g	V VB VB		Mittwoch	25.	Kirschtomaten	Mexikanischer Bohneneintopf (rote Bohnen, Brechbohnen, Mais) Nachos	a  a	VB V		
Donnerstag	12.	Banane	Hähnchensteak, natur Bratensoße Reis "Risi Bisi"	a G a g G VB	V V VB	Gemüsestäbchen Bratensoße Reis "Risi Bisi"	Donnerstag	26.	Kiwi	Chicken-Drumsticks Bratensoße Rotkohl Kartoffeln	a G a g G VB VB	Veg. Steak Bratensoße Rotkohl Kartoffeln	a a d c a a g VB VB	V V VB VB
Freitag	13.	Obst & Gemüse vom Buffet	Fisch-Gemüse-Frikadelle Senf- Meerrettich-Soße Kartoffelpüree	a c d F a g V a g V	V V V	Gemüserösti Senf- Meerrettich-Soße Kartoffelpüree	Freitag	27.	Obst & Gemüse vom Buffet	Fischstäbchen Möhrensoße Kartoffelpüree	a d F a g j V g VB	Gemüse-Knusper-Nuggets Petersiliensoße Kartoffelpüree	a c g a g j g	V V VB
Montag	30.	Apfel	Vegetarisches Schnitzel (gefüllt mit Gouda) Gemüserahmsoße Gnocchi	  a g a c g	V V V		Montag	31.	Heidelbeerjoghurt	Kasselerbraten Bratensoße Sauerkraut Salzkartoffeln	S a V VB VB	Veg. Schmorbraten Bratensoße Sauerkraut Salzkartoffeln	a f a VB VB	V V VB VB

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	
1 mit Farbstoff	7 gewachst
2 mit Konservierungsstoff	8 mit Phosphat
3 mit Antioxidationsmittel	13 mit Chinin
5 geschwefelt	14 mit Koffein
6 geschwärzt	12 mit Zuckeraustauschstoffen
= DGE	= BIO DE-ÖKO-044

Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO	
a Weizen	glutenhaltige Getreide (-Erzeugnis)	c Eier	(-Erzeugnisse)	i Sellerie	(-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB
ab Roggen		d Fisch	(-Erzeugnisse)	j Senf	(-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB
ac Gerste		r Erdnüsse	(-Erzeugnisse)	k Sesam	(-Erzeugnisse)	G Geflügel	GB
ad Hafer		f Soja	(-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite	>10 mg /kg	F Fisch	FB
ae Dinkel		g Milch	(-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen	(-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB
EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				vegan			