



kochen selbst
natürlich
frisch

zeitgemäße Kita- und
Schulverpflegung für Berlin und
Brandenburg



DE-ÖKO-044

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 September 2020

Änderungen Vorbehalten

		MENÜ: 1 BÄRENHUNGER Nach DGE-Qualitätsstandard, Das Beste aus der Region nach		Allergene Komponenten		Fit & Fun Der Zusatz zu Menü 1 oder Menü 2		Allergene Komponenten		VEGETARISCH		Allergene Komponenten		
Tag	Datum													
Dienstag	01.	Hühnerfrikassée	a g	G	Birnenjoghurt	g	V	Valess@Frikassée	a	ad	Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotte, Brokkoli)		VB	
		Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotte, Brokkoli)		VB					Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotte, Brokkoli)			VB		
		Langkornreis		VB					Langkornreis			VB		
Mittwoch	02.	Milchreis	g	VB	Wassermelone		V				Apfelkompott		V	
		Gemüsesuppe	a g	V										
Donnerstag	03.	Rinderhackfleischsoße (Rinderhack, Gemüse, Tomate)	a i	RB	Quark mit Honig	g	VB	Grünkernbolognese (Grünkern, Gemüse, Tomate)	a i	VB	Spaghetti	a	VB	
		geriebener Käse	g	VB					geriebener Käse	g		VB		
		Spaghetti	a	VB										
Freitag	04.	Fischstäbchen	a d	F	Gurkensalat		V	Gemüsestäbchen	a c	g i	Dillsoße	a g	V	
		Kartoffel-Möhren-Püree	g	VB					Kartoffel-Möhren-Püree	g		VB		
Montag	07.	Tomatenfruchtsoße	a	VB	Apfel		VB				Vollkorn-Spiralen	a	VB	
Dienstag	08.	Geflügelhackbraten	a c	g	Schokoladenpudding	g	V	Gebr. Tofu	a f	V	Geflügelsoße	a j	V	
		Bayrisch Kraut		VB					Bratensoße			VB		
		Stampfkartoffeln	g	VB					Bayrisch Kraut			VB		
									Stampfkartoffeln	g		VB		
Mittwoch	09.	Soße nach "Carbonara"-Art (vegetarisch, mit geräuchertem Tofu und Wurzelgemüwestreifen)	a f	q	Gelbe Kiwi		V				Gabelspaghetti	a	VB	
Donnerstag	10.	Rindergulasch	a	RB	Mangojoghurt	g	V	Sojagulasch	a f	VB	Butterbohnen	g	VB	
		Käsespätzle	a c	q					Butterbohnen			VB		
									Käsespätzle	a c		q	VB	
Freitag	11.	Asiatische Bratnudeln mit Gemüse (Erbse, Sojasprosse, Karotte, Sellerie)	a i	f	Möhrensalat		V				süß-sauer-Soße	a f	V	
Montag	14.	Gemüsesoße (Tomate, Paprika, Schote, Bohne)	a	VB	Pflaume		VB				Vollkornudeln	a	VB	
Dienstag	15.	Kartoffel-Gemüse-Pfanne "Western"-Art (Kartoffel, Kidneybohne, grüne Bohnen, Mais, Tomate)	a	VB	Himbeerjoghurt	g	VB				Fladenbrot	a	V	
Mittwoch	16.	Pancake	a c	q	Pfirsich		V				Vanillequarkcreme	g	V	
		Käse-Lauch-Suppe	a g	VB										
Donnerstag	17.	Hähnchenschenkel		G	Vanillepudding	g	V	Milchschnitzel "natur"	a	ad	Geflügelsoße	a	V	
		Apfel-Rotkohl		V					Bratensoße			V		
		Salzkartoffeln		VB					Apfel-Rotkohl			V		
Freitag	18.	Linseneintopf mit Kartoffeln, Karotten, Sellerie, Lauch	a i	VB	Gurkensalat		V				Vollkornbrot mit Sonnenblumer	a	ad	VB
Montag	21.	Blattspinat-Soße	a g	VB	Birne		VB				Vollkorn-Penne	a	VB	
Dienstag	22.	Chicken-Nuggets	a	G	Grießpudding	a g	VB	Gemüse-Nuggets	a c	q i	milde Barbequesoße	a	V	
		Mais-/Erbsengemüse		VB					Mais-/Erbsengemüse			VB		
		Kartoffel-Käse-Püree	g	VB					Kartoffel-Käse-Püree	g		VB		
Mittwoch	23.	Rührei	c g	V	Honigmelone		V				Spinat	a g	VB	
		Salzkartoffeln		VB										
Donnerstag	24.	Rahm-Geschnetzeltes (veg.) mit Champignons und Paprika	a	ad	Zitronen-Buttermilch- Dessert	g	VB				Zartweizen	a	VB	
Freitag	25.	Reispfanne mit Brokkoli, Kidneybohnen, Tomate	a	VB	Apfel		V				Mango-Curry-Soße	a g	V	
Montag	28.	Tomatenbolognese (Tomaten, kleine Wurzelgemüsewürfel)	a i	VB	Tafeltrauben		VB				Vollkorn-Spiralen	a	VB	
Dienstag	29.	Geflügelwurstgulasch	a	g	Blaubeerquark	g	V	Sojagulasch	a g	f	Gabelspaghetti	a	VB	
		geriebener Käse	g	VB					geriebener Käse	g		VB		
Mittwoch	30.	Spätzlepfanne (Spätzle, Karotte, Brokkoli, Championnon)	a c	VB	Pfirsich		V				Tomaten-Kräuter-Soße	a g	VB	

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung		Lebensmittelinhaltsstoffe	
1 mit Farbstoff	a Weizen (glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse))	c Eier (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	RB
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch	SB
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	f Erdnüsse (-Erzeugnisse)	G Geflügel	GB
5 geschwefelt	ad Hafer	k Sesam (-Erzeugnisse)	F Fisch	FB
6 geschwärzt	ae Dinkel	l Soja (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	VB
7 gewachst	af Kamut	m Milch (-Erzeugnisse einschließlich Laktose)	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