



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 2021

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	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	MENÜ: 2 KOHLDAMPF Nach DGE-Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise	Allergene	Komponenten
Montag	01.	Feta-Käsesoße bunte Gemüsenudeln (Nudel, Gemüsestreifen)	a g a i g	V VB	Honigmelone		V v			
Dienstag	02.	Buntes Hühnerfrikassée (Erbse, Möhre, Spargel) Langkornreis	a g	G VB	Birnenjoghurt	g	V VB	Buntes Gemüsefrikassée (helle Soße, Blumenkohl, Karotte, Brokkoli) Langkornreis	a g	V VB
Mittwoch	03.	Milchreis mit heißen Kirschen Gemüsesuppe	g a g i	VB V	Banane		VB			
Donnerstag	04.	Rinderhackfleischsoße (Rinderhack, Gemüse, Tomate) Spaghetti geriebener Käse	a i a g	RB VB VB	Quark mit Honig	g	VB	Grünkernbolognese (Grünkern, Gemüse, Tomate) Spaghetti geriebener Käse	a i a g	VB VB VB
Freitag	05.	Ratatouille-Pfanne (Zucchini, Aubergine, Zwiebel, Paprika) Ofen-Sahne-Kartoffeln	a a g	V VB	Apfel- Stangensellerie-Salat		V			
Montag	08.									
Dienstag	09.	Geflügelbulette Rahmwirsing Kohl Stampfkartoffeln	a c a g g	G V VB	Schokoladen- pudding	g	VB	Gemüsebulette Rahmwirsing Kohl Stampfkartoffeln	a c g a g g	V V VB
Mittwoch	10.	Soße nach "Carbonara"-Art (vegetarisch, mit geräuchertem Tofu und Wurzelgemüsestreifen) Gabelspaghetti	a f g i a	V VB	Kiwi		VB			
Donnerstag	11.	Gebackenes Kartoffel-Rüben- Gratin (Kartoffel, Rübe, Karotte, mit Käse überbacken) Frischkäse-Bärlauch-Dip	a c g g	VB V	Birnen-Aprikosen- Quark-Dessert	g	V			
Freitag	12.	Backfisch Kräuterrahmsoße Kartoffel-Möhren-Püree	a d a g g	F V VB	Gurkensalat		V	Fisch vom Feld® (Gemüsebratling) Kräuterrahmsoße Kartoffel-Möhren-Püree	a a g g	V V VB

Tag	Datum	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	MENÜ: 2 KOHLDAMPF Nach DGE-Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise	Allergene	Komponenten
Montag	15.	Kartoffelsuppe (Kartoffel, Möhre, Sellerie, Porree) Vollkornbrot	a i a ad	VB VB	Apfel		VB			
Dienstag	16.	Kartoffel-Gemüse- Pfanne "Barbeque"-Art (Kartoffel, Kidneybohne, grüne Bohne, Mais, Tomate) rustikales Steinofenbaguette	a a	VB VB	Mangojoghurt	g	VB			
Mittwoch	17.	Pancake Karamellosoße Thailändisches Kokossüppchen	a c g g a g	VB V	Pflaume		V			
Donnerstag	18.	Chicken Drumstick (Hähnchenunterkeule) Erbsen-Mais Barbequesoße Kartoffeln	 a a	G V V VB	Vanillepudding	g	V	Valesschnitzel "Cordon bleu"-Art Erbsen-Mais Barbequesoße Kartoffeln	a ad c g a a	V V V VB
Freitag	19.	Linseneintopf mit Kartoffel, Karotte, Sellerie, Lauch Vollkornbrot mit Sonnenblumenkerne	a i a ad	VB VB	Möhrensalat		V			
Montag	22.	Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a i a ad	VB VB	Birne		V			
Dienstag	23.	Pushtabällchen (Geflügelhackbällchen) in Tomaten-Ragout mit Käse gratiniert Reis	a c g a g	G VB	Milchreis	g	VB	Veg. Kötbullar in Tomaten-Ragout mit Käse gratiniert Reis	a c g a g	V VB
Mittwoch	24.	Rührei Spinat Salzkartoffeln	c g a g	V VB VB	Tagesobst		V			
Donnerstag	25.	Pfeffer-Rahm- (Rindfleisch, Zwiebel, grüner Pfeffer) Reis "Risi Bisi" (Reis, Erbse)	a g	RB VB	Joghurtcreme mit Obstsalat	g	V	Gemüse-Rahm- (Buntes Gemüse, Zwiebeln, grüner Pfeffer) Reis "Risi Bisi" (Reis, Erbse)	a g	V VB
Freitag	26.	Tortellini-Auflauf (Nudel, Karotte, Erbse, Mais, Cherrytomate, Käse)	a c g	VB	Rote Bete-Apfel- Salat					
Montag	29.	Falafelbagel Joghurt-Minze-Dip Gemüsebulgur	 g a	 V VB	Apfel		VB			
Dienstag	30.	Valesssteak "Natur" Gemüse-Maronen-Soße Curry-Ofenkartoffeln	a ad c g a g	 VB	Fruchtquark	g	VB			
Mittwoch	31.	Kartoffel-Blumenkohl- Auflauf Möhrensoße	a g a	VB VB	Weintrauben		V			

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO
1 mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	l Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch	S Schweinefleisch	SB	
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)	G Geflügel	F Fisch	FB	
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)	V vegetarisch	V vegetarisch	VB	
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite >10mg/kg	V vegan	V vegan	VB	
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)				
7 gewachst	af Kamut						

grüne Schrift = BIO DE-ÖKO-044