



3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



Noveber 2025

Tag	Datum	MENÜ 1 BÄREN-HUNGER Nach DGE - Qualitätsstandard, das Beste aus der Region	Allergene	Komponenten	KH je 100g	BE je 100g	FIT & FUN Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2	Allergene	Komponenten	KH je 100g	BE je 100g	MENÜ 2 KOHL-DAMPF Nach DGE - Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise	Allergene	Komponenten	KH je 100g	BE je 100g	Menü 3	Allergene	Komponenten	KH je 100g	BE je 100g
Montag	3. Nov. 25	Brokkoli-Kokos-Topf (Brokkoli, Zwiebel, Blumenkohl, Möhre, Kichererbse, <i>Wachol</i>) Reis	a g	VB	7	0,6	Pfirsichquark	g	V	6	0,5	Veg. Dönerspaghetti (Zwiebel, Vegetarisches Kebab, Eisbergsalat) Knoblauchsoße (Zwiebel, Kräuter d. Prov.)	a g	V	25	2,1	Spitzkohleintopf gebackene Kichererbsen	a i	V	7	0,6
Dienstag	4. Nov. 25	Gemüse-Rinder-Gulasch (Rindfleisch, Zwiebel, Wurzelgemüse) Knödelscheibe	a i	RB	5	0,4	Karotten-Zitronen-Salat Sonnenblumekerne Gemüse		V	11	0,9	Karotten-Knusperstick Paprikagemüesoße Reis	a g	VB	0	2,2	Gemüsesuppe Fladenbrot	a i	V	2	0,2
Mittwoch	5. Nov. 25	Grießbrei mit Zimt & Zucker Blaubeergrütze Gemüsesüppchen	a g	VB	15	1,2	Mandarine Gemüse	g	VB	10	0,8	Überbackenes Kartoffel-Brokkoli-Gratin (Kartoffel, Brokkoli, Zwiebel)	a c	V	8	0,7	Kürbiseintopf Mini-Brötchen	a g	V	7	0,5
Donnerstag	6. Nov. 25	gebratenes Fischfilet Brokkoli Sahnesoße Vollkornreis	a d	F	20	1,7	Pflaumen-Zimt-Kompott Gemüse		V	13	1,2	Warmer Salat aus Wintergemüsen (Süßkartoffel, Zwiebel, rote Rübe, Steckrübe) Vollkornbrot mit Kürbis		VB	10	0,8	Brühnudeln Vollkorntoast	a g	V	13	1,1
Freitag	7. Nov. 25	Tomatensoße (Tomate, Zwiebel, Sahne) Fussili Reibekäse	a g	VB	7	0,6	Birne Gemüse		V	12	1	Brokkolicremesüppchen mit Baguette	a g	VB	5	0,2	Heiße Kirschsuppe mit Grießklößchen	a	V	11	0,9

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