



3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



Oktober 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 vegetarisch	ALLERGENE Komponenten KH je 100g BE je 100g
Mittwoch	1. Okt. 25	Eieromelett Rahmkarotten Kartoffelpüree	ac V 5 0,4 ag VB 7 0,6 g VB 13 1,1	Birnen-Zimt-Joghurtdrink Gemüse	g VB 11 0,9 V	Überbackener Blumenkohl mit Penne (Süßkartoffel, Kartoffel, Karotte, Kürbis)	g VB 4 0,4 ag VB 26 2,2	Spitzkohleintopf Vollkornbrot	ai V 6 0,5 ag VB 37 3,1 gh
Donnerstag	2. Okt. 25	MSC Alaska-Seelachsfilet Blattspinat Schwenkkartoffeln	da F 20 1,7 ag VB 3 0,3 VB 15 1,3	Pflaumenkompott mit Löffelbiskuit Gemüse	V 14 1,2 o VB V	Herbstsalat mit Tomate, Rosenkohl, Paprika und Gnocchi	VB 22 1,8 ac VB	Gemüsesuppe mit Kichererbsen Fladenbrot	ai V 8 0,7 40 5 ag VB 44 3,7
Freitag	3. Okt. 25								
Montag	6. Okt. 25	Nudeltopf (Vollkornpenne, Paprika, Zucchini, Tomate, Zwiebel, Kirscherbse)	ag VB 11 0,9	Brombeer-Joghurt-Mousse Gemüse	g VB 16 1,3 V	Käse-Lauch-Suppe (Porree, Karotte, Sellerie, Gouda, Soja) Vollkornbrot	gt v 6,3 0,5 ab VB 36 2,9	Kürbiseintopf Mini-Brötchen	ag V 6,3 0,5 ag VB 55 4,4 gh
Dienstag	7. Okt. 25	Geflügelschnitzel Bratensoße Petersilienkartoffeln Weißkrautsalat	ag G 19 1,5 ai f VB 6,3 VB 16 1,3 V 11 0,9	Rotkohlsalat Gemüse	VB V	Brandenburger Kartoffeln mit Kräuterquark, Leinöl Butter	VB 16 1,3 g VB 7,5 0,6 g VB	Brühnudeln Weißbrot	ag V 3,8 0,3 ag VB 55 4,4 gh
Mittwoch	8. Okt. 25	Milchreis (Rundkornreis) hausgemachtes Kirschragout Gemüsecremesüppchen (Möhre, Porree, Sellerie, Pastinake, Zwiebel) mit geröstetem K	g VB 18 1,4 VB 7,5 0,6 7,5 0,6 gi V 0	Banane Gemüse	VB V	Überbackener vegetarischer Gyros-Auflauf mit Reis (Tomate, Zwiebel, Paprika, vegan Gyros, Gouda)	fa v 6,3 0,5 VB 25 2	Fruchtkaltschale Milchbrötchen	V 14 1,1 ag V 54 4,3
Donnerstag	9. Okt. 25	MSC Wildlachs Dillsoße Risi Bisi	ad F 0 0 aj VB 6,3 g VB 25 2 0	Schokoladenpudding mit Butterkeks-Crunch Gemüse	g VB 45 3,6 o V 81 6,5 V	Warmer Ofengemüse-Salat (Tomate, Zwiebel, Kürbis, Paprika, Zucchini, Erbse, Kichererbse, Karotte) Bio-Vollkornbaguette	VB 8,8 0,7 ag VB 44 3,5	Pichelsteiner Eintopf Brötchen	ai V 8,8 0,7 ag VB 55 4,4 gh
Freitag	10. Okt. 25	Veg. Königsberger Pasta (Sojaklopse, Milch, Zwiebel, Karotte, Sellerie) Schmetterlingsnudeln	ag VB 6,3 0,5 ag VB 28 2,2	Birne Gemüse	VB 13 1 V	Tomatensuppe mit Reis (Tomate, Zwiebel, Reis)	ag VB 7,5 0,6	Minestrone (Ital. Gemüsesuppe mit Nudeleinlage) Baguette	ai V 7,5 0,6 ag VB 50 4

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