


# Speiseplan für Kitas und BGS

vom 09.02.2026 bis zum 13.02.2026

|         | Montag   | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag   |
|---------|--|--|---|--|---|
| Menü 1  | <b>Tomatisierter Möhreintopf</b><br><br>mit Putenklößchen und Vollkornbrötchen<br><br><br>Z1, Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, 07, 09, 11, 12<br>kcal 73 F 1,45 E 4,1 KH 9,84 | <b>Fischfilet</b><br><br>an pikanter Soße dazu Fingermöhrrchen und Reis<br><br><br>01, 011, 04, 10<br>kcal 115 F 2,8 E 3,77 KH 17,88 | <b>Rindergulasch</b><br><br>dazu Spiralnudeln und bunter Salat<br><br><br>Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 09, 12<br>kcal 83 F 1,6 E 2,43 KH 14,06 | <b>Geflügelbratwurst</b><br><br>dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln<br><br><br>Z8, 01, 011, 12<br>kcal 67 F 2.21 E 1.77 KH 9.39 | <b>Gabelspaghetti</b><br><br>an Käse-Sahne-Soße und Gemüserohkost<br><br><br>Z5, 01, 011<br>kcal 51 F 2,87 E 0,95 KH 2,75     |
| Menü 2  | <b>Tomatisierter Möhreintopf</b><br><br>mit Veggieklößchen und Vollkornbrötchen<br><br><br>Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 03, 06, 07, 09, 11, 12<br>kcal 96 F 0,69 E 1,77 KH 10,64  | <b>Gemüsebratling</b><br><br>an pikanter Soße dazu Fingermöhrrchen und Reis<br><br><br>Z1, 01, 011, 07, 09<br>kcal 112 F 3,74 E 2,48 KH 16,5   | <b>Gemüseragout</b><br><br>dazu Spiralnudeln und bunter Salat<br><br><br>Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12<br>kcal 89 F 1,37 E 2,78 KH 15,57  | <b>veget. Bratwurst</b><br><br>dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln<br><br><br>Z8, Z24, 01, 011, 03, 07, 12<br>kcal 124 F 7,23 E 4,75 KH 9,15   | <b>Gabelspaghetti</b><br><br>an Käse-Sahne-Soße und Gemüserohkost<br><br><br>Z5, 01, 011, 07<br>kcal 51 F 3,72 E 1,54 KH 2,84 |
| Dessert | <b>Frisches Obst</b><br><br><br>kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4  |  |   |  | <b>Fruchtquarkspeise</b><br><br>Z2, Z4, 06, 07<br>kcal 92 F 1,87 E 8,61 KH 9,86   |