3 Köche
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 Oktober 2018

| Tag | Datum | Fit & Fun Zusatz | Allergene | Komponenten | Menü 1 aus der Region nach DGE Standard | Allergene | Komponenten | Menü 2 aus der ganzen Welt immer vegetarisch | Allergene | Komponenten |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Montag | 01. | **Birnenkompott** | | V | **Kräuterquark** | | | | g | VB |
| | | Grießpudding | g | V | Salzkartoffeln | | | | | VB |
| | | Möhrensticks | | | | | | | | |
| | | Radieschen | | | | | | | | |
| Dienstag | 02. | Zwetschge | | C | **Spirelli** | a | VB | **Spirelli** | a | VB |
| | | Wassermelone | | | Hackfleischsoße | a | RB | Sojabolognese | a f | B |
| | | Möhrensticks | | | | | | | | |
| | | Radieschen | | | | | | | | |
| Mittwoch | 03. | BIO REGIO WERTVOLL — Die REGIOWOCHE in Berlin – 1. bis 5. Oktober 2018 — DENN GUTES ESSEN BETRIFFT UNS ALLE. | | | | | | | | |
| Donnerstag | 04. | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| Freitag | 05. | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |

| Tag | Datum | Fit & Fun Zusatz | Allergene | Komponenten | Menü 1 aus der Region nach DGE Standard | Allergene | Komponenten | Menü 2 aus der ganzen Welt immer vegetarisch | Allergene | Komponenten |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Montag | 08. | **Buttermilchdessert** | g | V | **Kartoffelsuppe** | | | | i | V B |
| | | Bohnensalat | | V | Brotscheibe | | | | a | VB |
| | | Kohlrabisticks | | V | | | | | | |
| | | Paprikasticks | | V | | | | | | |
| Dienstag | 09. | **Gemüse-Vitaminsalat** | | V | **Wurst-Tomaten-Gulasch** | a j | G | **Gemüse-Tomaten-Gulasch** | a j | V |
| | | Himbeerquark | g | V | Gabelspaghetti | a | VB | Gabelspaghetti | a | VB |
| | | Kohlrabisticks | | V | | | | | | |
| | | Paprikasticks | | V | | | | | | |
| Mittwoch | 10. | **Honigmelone** | | V | **Rührei** | | | | g c | V |
| | | Möhren-Apfel-Salat | | V | Rahmspinat | | | | a g | VB |
| | | Kohlrabisticks | | V | Kartoffelpüree | | | | g | VB |
| | | Paprikasticks | | V | | | | | | |
| Donnerstag | 11. | **Banane** | | V | **Rindergulasch** | a | R | **Sojagulasch** | a f | V |
| | | Rote Bete-Salat | | V | Rotkohl | | VB | Rotkohl | | VB |
| | | Kohlrabisticks | | V | Knödelscheiben | a c g | V | Knödelscheiben | a c g | V |
| | | Paprikasticks | | V | | | | | | |
| Freitag | 12. | **Gurkensalat** | | V | **Fischnuggets** | d g | F | **Gemüse-Nuggets** | a f g | V |
| | | Vanillepudding | g | V | Dillsoße | a g | V | Dillsoße | a g | V |
| | | Kohlrabisticks | | V | Reis "Risi Bisi" | | VB | Reis "Risi Bisi" | | VB |
| | | Paprikasticks | | V | | | | | | |

| Tag | Datum | Fit & Fun Zusatz | Allergene | Komponenten | Menü 1 aus der Region nach DGE Standard | Allergene | Komponenten | Menü 2 aus der ganzen Welt immer vegetarisch | Allergene | Komponenten |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Montag | 15. | **Apfelkompott** | | V | **Pizza-Tomatensoße** | | | | a | V |
| | | Bunter Krautsalat | | V | Spaghetti | | | | a | VB |
| | | Tomatenecken | | V | Mozzarella, gerieben | | | | g | V |
| | | Gurkensticks | | V | | | | | | |
| Dienstag | 16. | **frische Ananas** | | V | **Geflügelklopse** | a g c | G | **vegetarische Klopse** | a g c | V |
| | | Kirschjoghurt | g | V | Kapernsoße | a g | V | Kapernsoße | a g | V |
| | | Tomatenecken | | V | bunte Möhren | | VB | bunte Möhren | | VB |
| | | Gurkensticks | | V | Kartoffelstampf | g | VB | Kartoffelstampf | g | VB |
| Mittwoch | 17. | **Obstsalat** | | V | **Pancakes** | | | | a c g | V |
| | | Paprika-Mais-Salat | | V | Vanillesoße | | | | g | VB |
| | | Tomatenecken | | V | | | | | | |
| | | Gurkensticks | | V | Karottencremesüppchen | | | | a g | V |
| Donnerstag | 18. | **Stracciatellaquark** | g | V | **Hähnchenschnitzel** | a | G | **Vegetarisches Schnitzel** | a | V |
| | | Kiwi | | V | Geflügelsoße | a g | V | Bratensoße | a g | V |
| | | Tomatenecken | | V | Erbsen | | VB | Erbsen | | VB |
| | | Gurkensticks | | V | Petersilienkartoffeln | | V B | Petersilienkartoffeln | | V B |
| Freitag | 19. | **Eisbergsalat** | g c | V | **Herings-Dillhappen** | a c g d | F | **Gemüse Bratling** | a c g | V |
| | | Aprikosenkompott | | V | Salzkartoffeln | | VB | Remoulade | | VB |
| | | Tomatenecken | | V | | | | Salzkartoffeln | | |
| | | Gurkensticks | | V | | a g | V | | a g | V |
| Montag | 22. | **Kirsch-kompott** | | V | **Bunte Nudeln** Tomatensoße "Napoli-Art" | | | | a a | V V |
| Dienstag | 23. | | | | | | | | | |
| Mittwoch | 24. | **Apfel** | | V | **Vegetarisches Schnitzel** Rahmspitzkohl Petersilienkartoffeln | | | | a c g f a g g | V V V |
| Donnerstag | 25. | | | | | | | | | |
| Freitag | 26. | **Salatvariation mit Dressing** | | V | **Veg. Gemüsebällchen** Paprikasoße Farfalle | | | | a f g a g a | V V V |
| Montag | 29. | **Birne** | | V | **Ei, gekocht** süß-saure Soße Salzkartoffeln | | | | c a g | V V V |
| Dienstag | 30. | | | | | | | | | |
| Mittwoch | 31. | **Halloween-Wackelpudding** | a c g 1 | V | **Blutrote Tomatenfruchtsoße** Nudelwürmer Emmentaler, gerieben | | | | a a g | V V V |
| Donnerstag | 01. | | | | | | | | | |
| Freitag | 02. | **Möhrensalat** | | V | **Nudel-Brokkoli-Auflauf** Sahnesoße | | | | a g c a g | V V |

**Änderungen im Speiseplan vorbehalten!** = DGE = BIO DE-ÖKO-044 = vegan

| Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe | | | | Allergen-Kennzeichnung | | | | Lebensmittelinhaltsstoffe | | BIO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | mit Farbstoff | 8 | mit Phosphat | a | **glutenhaltige Getreide** (-Erzeugnisse) | h | **Schalenfrüchte** | R | Rindfleisch | RB |
| 2 | mit Konservierungsstoff | 9 | mit Süßungsmitteln | b | **Krebstiere** (-Erzeugnisse) | i | **Sellerie** (-Erzeugnisse) | S | Schweinefleisch | SB |
| 3 | mit Antioxidationsmittel | 10 | enthält eine Phenylalaninquelle | c | **Eier** (-Erzeugnisse) | j | **Senf** (-Erzeugnisse) | G | Geflügel | GB |
| 4 | mit Geschmacksverstärker | 11 | mit Zuckerarten und Süßungsmitteln | d | **Fisch** (-Erzeugnisse) | k | **Sesam** (-Erzeugnisse) | F | Fisch | FB |
| 5 | geschwefelt | 12 | mit Zuckeraustauschstoffen | r | **Erdnüsse** (-Erzeugnisse) | l | **Schwefeldioxid und Sulfite** >10 mg /kg/l | V | vegetarisch | VB |
| 6 | geschwärzt | 13 | mit Chinin | f | **Soja** (-Erzeugnisse) | m | **Lupinen** (-Erzeugnisse) | A | Alkohol | |
| 7 | gewachst | 14 | mit Koffein | g | **Milch** (- Erzeugnisse, einschließlich Laktose) | n | **Weichtiere** (-Erzeugnisse) | EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln | | |