



SPEISEPLAN

Dezember 2020

Montag den 30.11.

Menü :

Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch (Rind),
dazu Bio-Weizenbaguette

Rohkost: Bio-Möhren

Dienstag den 01.12.

Menü :

Gebackenes Seelachsfilet mit Zitronenmayonaise
und Bio-Vollkorn-Reis 😊

Rohkost: Obst der Saison 😊

Mittwoch den 02.12.

Menü :

Hähnchenbrustfilet mit Wildkräuterjus, dazu Bio-Gemüse-Couscous
(Sellerie, Paprika, Karotte) 1, 3, 5 😊

Rohkost: Salat mit Himbeer-Vinaigrettedressing

Donnerstag den 03.12.

Menü :

Rinderbraten mit dunkler Sauce,
dazu Apfelrotkohl und zwei Kartoffelknödel 1, 5 😊

Rohkost: Obst der Saison 😊

Freitag den 04.12.

Menü :

Penne mit Tomatensauce (100% Bio) 

Rohkost: Gurke & Kolhrabi



😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell noch nicht von der DGE zertifiziert.

Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:

1 mit Farbstoff	7 gewachst
2 mit Konservierungsstoff	8 mit Phosphat
3 mit Antioxidationsmittel	9 mit Süßungsmittel
4 mit Geschmacksverstärker	10 enthält eine
5 geschwefelt	Phenylalaninquelle
6 geschwärzt	11 mit Milcheiweiß



BIOLOGISCH by Optimah! |
Forum Esswirtschaft UG (haftungsbeschränkt)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.catering | info@biologisch.catering



Zertifiziert durch DE-ÖKO-003
Kontrollnummer: DE-BE-003-62976-B
Wir verwenden die ausgewiesenen Zutaten in Bio-Qualität und orientieren uns an den Qualitätsstandards der DGE.

SPEISEPLAN

Montag den 07.12.

Menü :

Würstchengulasch (Pute) in Tomatensauce,
dazu Bio-Pasta ^{2, 3, 8}

Rohkost: Möhre

Dienstag den 08.12.

Menü :

Gemüsecurry (Karotten, Sellerie, Brokkoli)
mit Linsen, dazu **Basmatireis**
(100% Bio) ³ 

Rohkost: Salat mit Kräuter-Basilikum-Dressing ³

Mittwoch den 09.12.

Menü :

Bio-Vollkorn-Spaghetti mit Gemüsebolognese
(Tomate, Soja, Karotte), dazu Parmesan ² 

Rohkost: Obst der Saison 

Donnerstag den 10.12.

Menü :

Blumenkohl mit Semmelbröseln,
dazu **Kräuter**quark und kleine Bio-Kartoffeln ³ 

Rohkost: Salat mit Himbeer-Vinaigrettedressing

Freitag den 11.12.

Menü :

Gebackenes Lachsfilet mit Cocktailsauce,
dazu Bio-Salzkartoffeln ³ 

Rohkost: **Chinakohl**-Mais-Salat ³



BASMATIREIS

Basmati Reis gilt als edelste Reissorte der Welt. Das Wort Basmati bedeutet auf Hindi „Duft“. Der Duftreis ist die beliebteste Sorte in Deutschland. Er enthält neben Eiweiß vor allem Kohlenhydrate, was ihn besonders gut verdaulich macht.

 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell noch nicht von der DGE zertifiziert.

Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| 1 mit Farbstoff | 7 gewachst |
| 2 mit Konservierungsstoff | 8 mit Phosphat |
| 3 mit Antioxidationsmittel | 9 mit Süßungsmittel |
| 4 mit Geschmacksverstärker | 10 enthält eine Phenylalaninquelle |
| 5 geschwefelt | 11 mit Milcheiweiß |
| 6 geschwärzt | |



BIOLOGISCH by Optimahl |
Forum Esswirtschaft UG (haftungsbeschränkt)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.catering | info@biologisch.catering



Zertifiziert durch DE-ÖKO-003
Kontrollnummer: DE-BE-003-62976-B
Wir verwenden die ausgewiesenen Zutaten in Bio-Qualität und orientieren uns an den Qualitätsstandards der DGE.

SPEISEPLAN

Montag den 14.12.

Menü :

Erseneintopf mit Rindswurst in Scheiben,
dazu Bio-Weizenbaguette 2, 3 😊

Rohkost: Obst der Saison 😊

Dienstag den 15.12.

Menü :

Fischnuggets vom Seehecht mit Remouladensauce,
dazu Kartoffelecken 3, 5, 8, 9 😊

Rohkost: Salat mit Joghurdressing

Mittwoch den 16.12.

Menü :

Kalbsgulasch mit Bio-Pasta 😊

Rohkost: cremiger Karottensalat

Donnerstag den 17.12.

Menü :

Pfannkuchen mit **roter Grütze**
(Kirschen, Johannisbeeren, Erdbeeren)

Rohkost: Obst der Saison 😊

Freitag den 18.12.

Menü :

Hähnchenbrustfilet mit Kürbiscurry und Bio-Basmatireis

Rohkost: Salat Bio mit Bio-Essig-Öl-Dressing



😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell noch nicht von der DGE zertifiziert.

Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:

1 mit Farbstoff	7 gewachst
2 mit Konservierungsstoff	8 mit Phosphat
3 mit Antioxidationsmittel	9 mit Süßungsmittel
4 mit Geschmacksverstärker	10 enthält eine
5 geschwefelt	Phenylalaninquelle
6 geschwärzt	11 mit Milcheiweiß



BIOLOGISCH by Optimah! |
Forum Esswirtschaft UG (haftungsbeschränkt)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.catering | info@biologisch.catering



Zertifiziert durch DE-ÖKO-003
Kontrollnummer: DE-BE-003-62976-B
Wir verwenden die ausgewiesenen Zutaten in Bio-Qualität und orientieren uns an den Qualitätsstandards der DGE.

SPEISEPLAN

Montag den 21.12.

Menü :

Geflügelfrikadelle mit Rahmsauce,
dazu Bio-Reis und Möhrengemüse ^{1, 3, 5}

Rohkost: Obst der Saison 😊

Dienstag den 22.12.

Menü :

Allgäuer Käse**spätzle**

Rohkost: Gurkensalat mit Joghurt ³

Mittwoch den 23.12.

Menü :

Bio-Spirelli mit Bolognesesauce (Geflügel),
dazu Salat mit Balsamicodressing ^{1, 2, 3}

Rohkost: Obst der Saison 😊

SPÄTZLE

Der Spätzleteig wird aus Mehl, Eiern, lauwarmem Wasser, mancherorts auch mit Milch, und Salz zubereitet. Bei der klassischen Art der Herstellung wird ein Spätzlebrett verwendet und der feuchte Teig ins Kochwasser geschabt.



MERRY CHRISTMAS

😊 = Die gekennzeichnete Menüauswahl richtet sich nach den DGE-Qualitätsstandards für die Schulverpflegung und für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Jedoch ist unsere Küche aktuell noch nicht von der DGE zertifiziert.

Folgende deklarationspflichtige Zusatzstoffe sind in unseren Speisen enthalten:

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| 1 mit Farbstoff | 7 gewachst |
| 2 mit Konservierungsstoff | 8 mit Phosphat |
| 3 mit Antioxidationsmittel | 9 mit Süßungsmittel |
| 4 mit Geschmacksverstärker | 10 enthält eine Phenylalaninquelle |
| 5 geschwefelt | 11 mit Milcheiweiß |
| 6 geschwärzt | |



BIOLOGISCH by Optimah! |
Forum Esswirtschaft UG (haftungsbeschränkt)
Groß-Berliner Damm 82A | 12487 Berlin

Tel.: 030 755419-755 | Fax: 030 755 419-770
www.biologisch.catering | info@biologisch.catering



Zertifiziert durch DE-ÖKO-003
Kontrollnummer: DE-BE-003-62976-B
Wir verwenden die ausgewiesenen Zutaten in Bio-Qualität und orientieren uns an den Qualitätsstandards der DGE.