

Ketterschule Hamm

Montag, 22.01.2024

Vorspeise 2	139	Rohkost
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	131	Köttbullar (Schwedische Hackbällchen) (EI, SE, GG, WZ)
	131	in Preiselbeer-Rahmsoße (ML)
Veganes Menü	131	BIO-Kartoffeln
	7	BIO-Nudeln (GG, WZ)
	7	mit Tomatensoße (KV)
Vegan+glutenfrei	1	glutenfreie Nudeln (KV)
	1	mit Tomatensoße (KV)
Dessert 2	139	Frischobst

Dienstag, 23.01.2024

Vorspeise 3	138	Brötchen (GG, WZ, RO)
DGE-Menü	139	Erbseintopf (mit BIO-Kartoffeln, Erbsen, Sellerie, Möhren und Lauch) (SL, SE)
Dessert 1 (DGE)	139	Westf. Pumpernickel-Speise (Sahnepudding mit Schokolade u. Pumpernickel) (GG, RO, GE, ML, 12)

Mittwoch, 24.01.2024

Vorspeise 1 (DGE)	139	Bauernsalat (mit Eisbergsalat, Tomate, Gurke)
	139	mit Essig-Öl-Dressing (SE, SU, 2, 13)
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	132	Gyrostopf mit Pute und Paprika (KV)
	132	mit BIO-Reis (KV)
Menü 2 (vegetarisch)	7	BIO-Pasta (GG, WZ)
	7	veg. Bolognesesoße (mit BIO-Weizen) (GG, WZ, SL)
Dessert 1 (DGE)	139	Frischobst

Donnerstag, 25.01.2024

Vorspeise 2	139	Rohkost
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	132	Hackfleischpfanne (Rind) mit Schmorgemüse (Möhren, Zwiebeln, Wirsing) (KV)
	132	BIO-Kartoffeln
Veganes Menü	7	Gemüsetopf Teriyaki Style (Möhren, Paprika und Lauchzwiebeln) mit BIO-Tofu (so, 7)
	7	BIO-Reis (KV)
Dessert 1 (DGE)	139	Frischobst

Freitag, 26.01.2024

Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“!

1= Konservierungsstoffe, 2= Antioxidationsmittel, 4= Süßungsmittel, 7= mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 12= Farbstoffe, 13= geschwefelt, 15= geschwärzt, 16= Phosphat, DI= Dinkel, EI= Ei, FI= Fisch, EN= Erdnuss, GE= Gerste, GG= glutenhaltiges Getreide, HF= Hafer, HN= Haselnüsse, KN= Cashewnüsse, KT= Kriebstiere, KV= Keine Allergene vorhanden, MA= Mandeln, ML= Milch/Laktose, RO= Roggen, SE= Senf, SF= Schalenfrüchte, SL= Sellerie, SM= Sesam, SO= Soja, WN= Walnüsse, WZ= Weizen, R= Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, O= täglich und saisonal wechselnd, = vegetarisch, = lactosefrei, = glutenfrei

Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.



Die gekennzeichneten Komponenten entsprechen den DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder sowie für die Schulverpflegung und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.



DE-ÖKO-006

Ketterschule Hamm

Vorspeise 2	139	Rohkost  
Veganes Menü	1	Frisches Wokgemüse in Kokossoße (Möhren, Zucchini, Chinakohl und Sprossen) (KV)    
	1	mit BIO-Reis (KV)    
Lieblingsmenü	138	Reibepätzchen (EI, GG, WZ)   
	138	mit Apfelmus (KV, 2)    
Dessert 1 (DGE)	139	Schwarzwälder Kirsquark (Quark mit Kirschen und Kakaopulver) (ML) 

Wir wünschen Ihnen „Guten Appetit“!

1= Konservierungsstoffe, 2 = Antioxidationsmittel, 4= Süßungsmittel, 7= mit einer Zuckerart und Süßungsmittel, 12= Farbstoffe, 13 = geschwefelt, 15 = geschwärzt, 16= Phosphat, DI = Dinkel, EI = Ei, FI = Fisch, EN = Erdnuss, GE = Gerste, GG = glutenhaltiges Getreide, HF = Hafer, HN = Haselnüsse, KN = Cashewnüsse, KT = Krebstiere, KV = Keine Allergene vorhanden, MA = Mandeln, ML = Milch/Laktose, RO = Roggen, SE = Senf, SF = Schalenfrüchte, SL = Sellerie, SM = Sesam, SO = Soja, WN = Walnüsse, WZ = Weizen, R = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, O = täglich und saisonal wechselnd,  = vegetarisch,  = lactosefrei,  = glutenfrei

Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.



Die gekennzeichneten Komponenten entsprechen den DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder sowie für die Schulverpflegung und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.



DE-ÖKO-006