

Ketterschule Hamm

Montag, 28.09.2026

Vorspeise 2	150	Gurken-Paprika-Mais-Salat mit Schnittlauch (SE, 0, 2, 4)	 
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	149	Seelachsfilet (paniert) (GG, WZ, FI, 0)	   
	149	mit Rahmspinat (ML, 0)	  
	149	BIO-Kartoffeln (0)	   
Menü 2 (vegetarisch)	1	BIO-Kräuterrührei (EI, ML, 0)	   
	1	mit Rahmspinat (ML, 0)	  
	1	BIO-Kartoffeln (0)	   
Dessert 1	150	Frishobst (0)	 

Dienstag, 29.09.2026

Vorspeise 2	150	Brötchen (GG, WZ, RO, GE)	
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	147	Linseneintopf (BIO-Kartoffeln, Möhren, Linsen, Sellerie, Lauch) (SL, SU, SE, 0, 2)	  
	147	+ 1 Geflügelwiener (ML, SL, SE, 1, 16)	  
Veganes Menü	3	Linseneintopf (BIO-Kartoffeln, Möhren, Linsen, Sellerie, Lauch) (SL, SU, SE, 0, 2)	  
Dessert 2	150	Stracciatellaquark (ML, 0)	

Mittwoch, 30.09.2026

Vorspeise 1	150	Rohkost (0)	 
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	146	BIO-Maccaroni (GG, WZ, 0)	   
	146	mit heller Hackfleischsoße und Erbsen (ML, 12, 0)	  
Veganes Menü	4	vegane Kürbiscremesuppe (mit BIO-Kartoffeln, Möhren, Ingwer) (KV, 0, 12)	  
Dessert 1	150	Frishobst (0)	 

Donnerstag, 01.10.2026

Vorspeise 2	150	Bunter Möhrensalat mit Mais, Paprika und Radieschen in Essig-Öl-Dressing (SE, 0, 2, 4)	 
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	146	Cevapcici (Geflügel) (EI, GG, WZ, ML, SE, 0)	  
	146	mit Paprikasoße Ungarische Art (SL, 0, 4)	  
	146	BIO-Reis (KV, 0)	   
Vegan+glutenfrei	4	Chinakohltopf mit Lauch und Paprika in Sesamsoße (SM, 0)	  
	4	BIO-Reis (KV, 0)	   
Dessert 1	150	Frishobst (0)	 

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 Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.



Änderungen vorbehalten

Kettlerschule Hamm

Freitag, 02.10.2026

Vorspeise 1	140	Rohkost 
Menü 1 (Fleisch/Fisch)	1	Hähnchenbrustfiletstreifen in Frischkäse-Paprika-Soße (ML, 0) 
	1	Naturreis (KV, 0) 
Lieblingsmenü	139	2 Pfannkuchen (ML, Ei, GG, WZ, 0) 
	139	mit Apfelmus (KV, 2) 
Dessert 1	1	Frischobst 
Dessert 2	139	Bananen-Schoko-Kuchen (GG, WZ, Ei, 0, 12, 2) 

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 Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.



DE-ÖKO-006

Änderungen vorbehalten