



Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



Speisekarte KW 5

Für die Woche vom:

31.01.2022

04.02.2022

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vollkost

Gulasch vom Rind mit Apfelrotkohl und Bio-Spätzle

Geschmaltene Hähnchenbrust in Käsesauce mit Zucchini, Karotten und fair gehandelter Reis mit Bio-Linsen

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen, Sellerie

Milch (Lactose)

Vegetarisch

Kartoffel-Gemüserösti mit Sour Cream, Mais und Salat

Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gemüse-Gulasch mit Bio-Spätzle

Fit-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse

Gemüse-Törtchen mit Reis und Spinatsauce

Gluten (Hafer), Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulphit, Sellerie, Senf, Eier

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Dinkel), Senf, Eier, Milch(Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier, Sellerie

3

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Weihnachtsferien

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.



Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



Speisekarte KW 6

Für die Woche vom:

07.02.2022

bis 11.02.2022

Montag



**Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit
Gemüserahmsauce und Bio-Salzkartoffeln**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Dienstag



**Bio-Rindfleisch-Tortelloni mit Bio-Tomatensauce
und Bio-Reibekäse**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Mittwoch



Rindfleisch-Rahmgeschnetzeltes mit Bio-Spätzle

Eier, Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Senf

Donnerstag

Freitag

Vollkost

Vegetarisch

**Vegetarischer Knusperbratling mit
Gemüserahmsauce und Bio-Salzkartoffeln**

Gluten (Weizen, Dinkel), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie

**Bio-Ravioli mit vegetarischer Füllung, dazu Bio-
Spinat und Bio-Tomaten-Basilikumsauce**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Bio-Spätzle-Gemüse-Pfanne mit Sahnesauce

Eier, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

**Kartoffel-Gemüsepfanne mit Rahmsauce und
Sonnenblumenkernen**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

**Klare Gemüsesuppe und Bio-Pfannkuchen mit Bio-
Vanillesauce und Bio-Kirschragout**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

3

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S)= Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 7

Für die Woche vom:

14.02.2022

bis 18.02.2022

Montag



Dienstag

Mittwoch



Donnerstag



Freitag



Vollkost

Bio-Spirelli mit Bolognese vom Rind und Reibekäse

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)

Überbackenes Seelachsfilet mit Tomaten und Käse, dazu Bio-Salzkartoffeln und Marktgemüse

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Geschnitzelte Putenbrust in fruchtiger Tomaten-Gemüsesauce, dazu Nudeln

Gluten (Weizen)

Kalbsrahmgeschnitzeltes mit Champignons, buntem Gemüse und Knöpfle

Gluten(Weizen/Dinkel), Eier, Senf, Milch(Lactose)

3

Vegetarisch

Bio-Spirelli mit Gemüse-Bolognese, Sonnenblumenkernen und Reibekäse

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie

Bio-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse überbacken

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gemüsesouffle mit Marktgemüse und Bio-Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarische-Maultaschen in Tomaten-Gemüsesauce

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier, Sellerie,

Knöpfle mit buntem Gemüse und Champignonsauce

Gluten(Weizen/Dinkel), Eier, Senf, Milch(Lactose) Sellerie

3

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat



Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



Speisekarte KW 8

Für die Woche vom:

21.02.2022

bis 25.02.2022

Montag



Dienstag

Mittwoch



Donnerstag



Freitag

Vollkost

Rinderfrikadelle mit dunkler Sauce, Kohlrabi-Erbsengemüse und Bio-Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Senf, Sellerie

Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Allgäuer Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Vegetarisch

Vegetarische Knuspernuggets mit Kohlrabi-Erbsengemüse und Bio-Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Sojabohne

Vegetarische Knuspernuggets mit fair gehandeltem Reis und fruchtiger Tomatensauce

Gluten (Weizen), Sojabohne

Bio-Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Allgäuer Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gemüse-Maultaschen in Gemüsebrühe mit Kartoffelsalat

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier, Sellerie, Senf

3

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat



Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



Speisekarte KW 9

Für die Woche vom:

28.02.2022

bis 04.03.2022

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



Vollkost

Geflügelbratwurst mit Bio-Kartoffelpüree und Wirsinggemüse

Dunkle Rinderhackfleischsauce mit Möhren und Bio-Spätzle

Seelachs-Filet mit Remoulade und Bio-Dampfkartoffeln

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Fisch, Senf, Eier, Milch (Lactose)

3, 8

Vegetarisch

Vegetarische Knuspernuggets mit Bio-Kartoffelpüree und Wirsinggemüse

Spaghetti mit Bio-Tomatensauce und Bio-Reibekäse

Fruchtige Linsen-Bolognese mit Bio-Spätzle

Vegetarischer Bratling mit Remoulade und Bio-Dampfkartoffeln

Ofenfrische Reibekuchen mit Apfelmus

Milch (Lactose), Gluten (Weizen), Sojabohne, Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Senf, Sellerie, Sojabohnen, Eier, Milch (Lactose)

Eier

3

3,5

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Anhang.

Speisekarte KW 10

Für die Woche vom:

07.03.2022

bis 11.03.2022

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



Vollkost

Bio-Lasagne-Bolognese vom Rind mit Käse überbacken, dazu Bio-Tomatensauce

Gluten, (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie



Leckere Puten-Schinkennudeln mit Sahnesauce und Salat

Gluten (Weizen), Milch (Lactose),

2, 3



Rindfleischburger im Brötchen mit gebackenen Kartoffelwürfeln und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Senf



Vegetarisch

Bio-Knöpfele-Bio-Gemüsepfanne mit Bio-Sahnesauce

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Schupfnudel-Gemüsepfanne mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli, Kohlrabi und Sauce

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose),



Bio-Knöpfele-Bio-Gemüsepfanne mit Bio-Sahnesauce

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Vegetarisch gefüllte Tortellini mit Tomaten-Basilikumsauce und Salat

Gluten (Weizen), Sellerie

Gemüseburger im Brötchen mit gebackenen Kartoffelwürfeln und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen

Dessert/ Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat