



Speiseplan für Oktober 2025

der ASB-Küche Bentwisch
Tel.: (03 82 08) 84 33 - 115/126



E-Mail: kundenzentrum@asb-kuestenkinder.de

	Menü 1	Menü 2
Mittwoch 01.10.25	Linsen-Tomaten-Gemüse (mit Karotten) ^{FL} Vollkornnudeln ^{a, a1} Weißkohlrohkost Magermilchjoghurt mit Vanille ^{g, g1}	Gebackener Leberkäse ^{Ge, 2, 3, 9} Bayrischkraut ^{g, g1} Salzkartoffeln Rote Beete Magermilchjoghurt mit Vanille ^{g, g1}
Donnerstag 02.10.25	Rotbarsch paniert ^{a, a1, c, d, i, o, Fi} Pastinaken-Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Langkornreis Ostseesalat (Weißkohl, Rotkohl, Paprika, Chinakohl, Porree, Mais) Birnenquarkspeise ^{g, g1}	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit
Freitag 03.10.25	Feiertag	Feiertag
Montag 06.10.25	Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) ^{a, a1, i, FL} Vollkornnudeln ^{a, a1} Rotkohlrohkost Saisonales Obst	Frikadelle ^{a, a1, a3, c, f, g, i, o, RS} Wachsbohngemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Tomatensalat Saisonales Obst
Dienstag 07.10.25	Kabeljau paniert ^{a, a1, d, g, g1, o, Fi} Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Rote Beete Erdbeerquarkspeise ^{g, g1}	Brokkoli-Haselnuss-Ecke ^{a, a1, c, h, h2, FL} Rahmsauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Chinakohlrohkost Erdbeerquarkspeise ^{g, g1}
Mittwoch 08.10.25	Wunschessen: Kita Dummerstorf H3 Hefeklöße ^{a, a1, c, FL} Erdbeersauce Möhrenstückchen Saisonales Obst	Putengeschnetzeltes ^{a, a1, g, g1, Ge} Salzkartoffeln Störtebekersalat (mit Frisée, Lollo Rosso u. Radiccio) mit Honig-Senf-Dressing ^o Saisonales Obst
Donnerstag 09.10.25	Rindfleischragout (mit Sellerie u. Zwiebeln) ^{a, a1, g, g1, i, R} Salzkartoffeln Gurkensalat Magermilchjoghurt mit Kirsch-Banane ^{g, g1}	Karotten-Sesam-Stick ^{a, a1, k, FL} Gemüsesauce (mit Paprika u. Mais) ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Eisberg-Mais-Salat Magermilchjoghurt mit Kirsch-Banane ^{g, g1}
Freitag 10.10.25	Rotes Linsensüppchen (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) ^{i, FL} Weizenvollkornbrot ^{a, a1, a3} Spitzkohl-Mandarinen-Salat Saisonales Obst	Seelachsfilet in Kartoffelpanade ^{a, a1, d, Fi} Dillsauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Spitzkohl-Mandarinen-Salat Saisonales Obst

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (g1) Laktose, (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (h1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (h2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (h3) Walnüsse und Walnusserzeugnisse, (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (o) Senf und -erzeugnisse, (Fi) Fisch, (S) Schweinefleisch, (FL) fleischlos, (Ge) Geflügel, (R) Rindfleisch, (RS) Rind- u. Schweinefleisch (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmittel, (9) mit Phosphat, (17) unter Verwendung von Sahne



Speiseplan für Oktober 2025

der ASB-Küche Bentwisch
Tel.: (03 82 08) 84 33 - 115/126



E-Mail: kundenzentrum@asb-kuestenkinder.de

	Menü 1	Menü 2
Montag 13.10.25	Wunschessen: Kita Bad Sülze Eierragout (mit Erbsen u. Möhren) ^{a, a1, c, f, g, g1, o, FL} Salzkartoffeln Rotkohlrhokost Saisonales Obst	Hähnchenkeule ^{Ge} Möhren-Kohlrabigemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Fitness-Salat (mit Gurken, Weißkohl u. Eisbergsalat) Saisonales Obst
Dienstag 14.10.25	Wunschessen: Kita Boddenkieker Kochklops vom Kalb ^{a, a1, c, f, g, i, o, R} Kapernsauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Rote Beete Saisonales Obst	Kaiserschmarrn ^{a, a1, c, f, g, h, h2, h3, h7, i, FL} Pflaumensauce Möhren-Apfel-Rohkost ³ Saisonales Obst
Mittwoch 15.10.25	Tomatensauce ^{a, a1} Gabelspaghetti ^{a, a1} Möhrenrohkost Mangoquarkspeise ^{g, g1}	Schweinebraten ^S Apfelrotkohl ³ Salzkartoffeln Weißkohl-Gurken-Salat Mangoquarkspeise ^{g, g1}
Donnerstag 16.10.25	Wildlachsfilet paniert ^{a, a1, d, Fi} Spinat ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Chinakohlrhokost Magermilchjoghurt mit Blaubeeren ^{g, g1}	Ei ^{c, FL} Süß-Saure-Sauce ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1} Vierjahreszeiten-Salat (mit Weißkohl, Möhren, Gurken, Paprika u. Radieschen) Magermilchjoghurt mit Blaubeeren ^{g, g1}
Freitag 17.10.25	Wunschessen: Waldleben Grüner Erbseneintopf (mit Sellerie, Möhren u. Kartoffeln) ^{i, FL} Weizenvollkornbrot ^{a, a1, a3} Gemischter Blattsalat (mit Blattsalaten, Gurke u. Mais) Saisonales Obst	Currywurst ^{g, i, o, Ge, RS, 2, 3, 9} hausgemachte Currysauce ^{a, a1, f, 3} Kartoffelstampf ^{g, g1} Gemischter Blattsalat (mit Blattsalaten, Gurke u. Mais) Saisonales Obst
Montag 20.10.25	Wunschessen: Kita Glockenhagen Gemüseburger paniert (mit Kartoffeln, Karotten u. Brokkoli) ^{a, a1, c, g, g1, FL} Tomatensauce ^{a, a1} Vollkornnudeln ^{a, a1} Weißkohl-Mais-Salat Saisonales Obst	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit
Dienstag 21.10.25	Gebratenes Seelachsfilet ^{d, Fi} Süß-Saure-Sauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Chinakohl-Mandarinen-Salat Vanillequarkspeise ^{g, g1}	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (g1) Laktose, (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (h1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (h2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (h3) Walnüsse und Walnusserzeugnisse, (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (o) Senf und -erzeugnisse, (Fi) Fisch, (S) Schweinefleisch, (FL) fleischlos, (Ge) Geflügel, (R) Rindfleisch, (RS) Rind- u. Schweinefleisch (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmittel, (9) mit Phosphat, (17) unter Verwendung von Sahne



Speiseplan für Oktober 2025

der ASB-Küche Bentwisch
Tel.: (03 82 08) 84 33 - 115/126



E-Mail: kundenzentrum@asb-kuestenkinder.de

	Menü 1	Menü 2
Mittwoch 22.10.25	Wunschessen: Kita Dummerstorf H4 Milchreis ^{g, g1, FL} Erdbeersauce Gurkenstückchen Saisonales Obst	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit
Donnerstag 23.10.25	Hähnchenunterschenkel ^{a, a1, Ge} Erbsengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Spitzkohl-Mais-Salat Schokopudding ^{g, g1}	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit
Freitag 24.10.25	Brühnudeln (mit Karotten, Porree u. Sellerie) ^{a, a1, i, FL} Mischbrot ^{a, a1, a2} Hansamix-Salat (Eisbergsalat, Möhre, Radieschen, Gurke, Radicchio) Saisonales Obst	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit
Montag 27.10.25	Blumenkohlbratling paniert ^{a, a1, c, g, g1, FL} Rahmsauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln Möhrenrohkost Saisonales Obst	Schmorkohl mit gemischten Hackfleisch ^{a, a1, g, g1, RS} Salzkartoffeln Hansamix-Salat (Eisbergsalat, Möhre, Radieschen, Gurke, Radicchio) Saisonales Obst
Dienstag 28.10.25	Hackfleisch "Bolognese" ^{a, a1, R} Gabelspaghetti ^{a, a1} Weißkohl-Gurken-Salat Zitronenquarkspeise ^{g, g1}	Back-Gouda paniert ^{a, a1, a2, g, g1, FL} Preiselbeeren Blattsalat Joghurtdressing ^{g, g1} Zitronenquarkspeise ^{g, g1}
Mittwoch 29.10.25	Rührei ^{c, g, g1, FL} Spinat ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1} Grüne Bohnensalat Saisonales Obst	Soljanka ^{S, 2, 3, 5, 9} Brötchen ^{a, a1, k} Weißkohlrohkost Saisonales Obst
Donnerstag 30.10.25	Wildlachs in Tomaten-Kokos-Sauce ^{d, Fi} Langkornreis Rotkohlrohkost Magermilchjoghurt mit Schokoraspeln ^{g, g1}	Germknödel mit Kirschfüllung ^{a, a1, a2, c, f, g, h, h1, FL, 2, 17} Vanillesauce ^{g, g1} Rote Beete Magermilchjoghurt mit Schokoraspeln ^{g, g1}
Freitag 31.10.25	Feiertag	Feiertag

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (g1) Laktose, (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (h1) Mandeln und Mandelerzeugnisse, (h2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (h3) Walnüsse und Walnusserzeugnisse, (h7) Pistazien und Pistazienerzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (o) Senf und -erzeugnisse, (Fi) Fisch, (S) Schweinefleisch, (FL) fleischlos, (Ge) Geflügel, (R) Rindfleisch, (RS) Rind- u. Schweinefleisch (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmittel, (9) mit Phosphat, (17) unter Verwendung von Sahne