



Speiseplan für Oktober

der ASB-Küche Bentwisch

Tel.: (03 82 08) 84 33 - 126

E-Mail: kundenzentrum@asb-kuestenkinder.de



Achtung jetzt neu!!!

Die kostenlose ASB DeKök-App ist in jedem App-Store verfügbar.

Als registrierter Kunde einfach und unkompliziert mobil Essen be- und abbestellen.

Ferien	Tag	Menü 1	Menü 2
	02.10.23	Rührei (c,g), Kartoffelstampf (3,g), Gurkensalat, (FL) Obst	Erbsen-Schinken-Sahne-Sauce (S,2,3,7,a1,g), Spirelli (a1), Rohkost/Obst
	03.10.23	Feiertag	Feiertag
	04.10.23	Linsen-Tomaten-Gemüse, Vollkornnudeln (a1) (FL), Rohkost/Obst	Geb. Leberkäse (G,2,3,7), Bayrischkraut (g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	05.10.23	Seehecht paniert (a1,d), Pastinaken-Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Milchnudeln (a1,g) mit Kirschen (FL), Rohkost/Speise (g)
	06.10.23	Kürbiscremesuppe (mit Kartoffeln, Möhren & Zwiebeln) (g), Weizenvollkornbrot (a1) (FL), Rohkost/Obst	Schweineroulade (S,2,o), Bratensauce (a1,i,o), Blumenkohlgemüse (g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	09.10.23	Gemüsebolognese (a1,i) (mit Karotten, Porree, Sellerie), Vollkornnudeln (a1) (FL), Rohkost/Obst	Ferien
	10.10.23	Kabeljau paniert gebraten (a1,d,g,o), Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Ferien
	11.10.23	Hefeklöße (a1) mit Erdbeersauce (FL), Rohkost/Obst	Ferien
	12.10.23	Rindfleischragout (mit Sellerie u. Zwiebeln) (R,a1,g,i), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Ferien
	13.10.23	Rotes Linsensüppchen (mit Kartoffeln, Karotten, Sellerie) (i), Weizenvollkornbrot (a1) (FL), Rohkost/Obst	Ferien
	16.10.23	Eierragout (mit Erbsen u. Möhren) (a1,c,g,o), Salzkartoffeln (FL), Rohkost/Obst	Hähnchenkeule (G), Möhren-Kohlrabigemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	17.10.23	Geflügelfrikadelle (G,a1,c,o), Rahmblumenkohl (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Kaiserschmarrn (a1,c,g), Pflaumensauce, (FL) Rohkost/Speise (g)
	18.10.23	Gabelspaghetti (a1), Tomatensauce (a1) (FL), Rohkost/Obst	Schweinebraten (S), Apfelrotkohl (3), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	19.10.23	Wildlachsfilet paniert (a1,d), Rahmspinat (a1,g), Kartoffelpüree (3,g), Rohkost/Speise (g)	Karotten-Kokos-Suppe (g,i) mit Laugenstange (a1) (FL) , Rohkost/Speise (g)
	20.10.23	Grüne Erbsencremesuppe (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) (g,i), Weizenvollkornbrot (a1) (FL), Rohkost/Obst	Frikadelle (R,S,a1,c,i), Erbsen-Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	23.10.23	Milchreis (g) mit Erdbeeren (FL), Rohkost/Obst	Köttbular (G,a1,c), Bechamelkartoffeln (S,2,3,a1,g,i), Rohkost/Obst
	24.10.23	Gebratenes Seelachsfilet (d), Süß-Saure-Sauce (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Chili sin Carne (a1,g,i), Baguette (a1), (FL) Rohkost/Speise (g)
	25.10.23	Gemüseburger paniert (a1,c,g) (mit Kartoffeln, Karotten, Brokkoli), Tomatensauce (a1), Vollkornnudeln (a1) (FL), Rohkost/Obst	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch (S,R,a1,g), Vollkornbrot (a1), Rohkost/Obst
	26.10.23	Hähnchenunterschenkel (G,a1), Erbsengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Ebly- (Weichweizen) Gemüsepfanne (a1) (FL), Rohkost/Speise (g)
	27.10.23	Gemüseintopf (i) (mit Brokkoli, Karotten, Sellerie) mit Langkornreis, Weizenvollkornbrot (a1) (FL), Rohkost/Obst	Schweineschnitzel (S,a1), Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	30.10.23	Blumenkohlbratling paniert (a1,c,g), Rahmsauce (a1,g), Salzkartoffeln, (FL) Rohkost/Obst	Ferien
	31.10.23	Feiertag	Feiertag

FL= fleischlos R= Rindfleisch S= Schweinefleisch G= Geflügel

Kenntlichmachung gemäß der Zusatzstoff-Zulassungsverordnung: 1=mit Farbstoff 2=mit Konservierungsstoff 3=mit Antioxidationsmittel 4=mit Geschmacksverstärker 5=mit Süßungsmittel 6=Phenylalanin 7=mit Phosphat 8= gewachst 9=geschwärzt 10=geschwefelt, wir verwenden jodiertes Speisesalz

Enthält: a=Glutenhaltiges Getreide (a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, a6=Kamut, a7=Hybridstämme), b=Krebs tierer, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch und Milchprodukte (einschl. Laktose), h=Schalenfrüchte (h1=Mandel, h2=Haselnuss, h3=Walnuss, h4=Cashew, h5=Pecannuss, h6=Paranuss, h7=Pistazie, h8=Macadamianuss und h9=Queenlandnuss), i=Sellerie, k=Sesamsamen, l=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr 10 mg/Kg oder 10 mg/l, m=Lupinen, n=Weichtiere, o=Senf