Tour:___
Nachname:_____
Vorname:_____

Speiseplan für EAR - November 2026

der ASB-Küche Bentwisch
www.asb-kuestenkinder.de
Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126

Alle Gerichte inkl. Dessert/ Obst und Rohkostsalat

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Montag 02.11.26	Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) a, a1, i, veg. Reibekäse g Vollkornnudeln a, a1	○	Frikadelle a, a1, c, i, RS Wachsbohnengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Seelachsfilet in Eihülle a, a1, c, d, o, Fi Juliennegemüse (Karotten, Porree, Sellerie) a, a1, g, g1, i Kartoffelstampf g, g1	○
Dienstag 03.11.26	Kabeljau paniert a, a1, d, g, g1, o, Fi Möhrengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Brokkoli-Knuspernuggets a, a1, a3, c, f, g, g1, veg. kalte Schnittlauchsauce g, i gerösteter Blumenkohl Karottenreis i, 3	○	Wildgulasch a, a1 Preiselbeerbirne Kartoffelklöße l, 3	○
Mittwoch 04.11.26	Hefeklöße a, a1, c, veg. Erdbeersauce	○	Geschnetzeltes "Art Stroganoff" a, a1, g, g1, R, 5 Salzkartoffeln	○	Schweinskopfsülze i, o, S, 2, 3, 9 Remoulade a, a1, c, o, 1, 26 Bratkartoffeln S, 2, 3, 9	○
Donnerstag 05.11.26	Putengeschnetzeltes (mit Paprika u. Zwiebeln) a, a1, g, g1, Ge Salzkartoffeln	○	Karotten-Sesam-Stick a, a1, k, veg. Gemüsesauce (mit Paprika u. Mais) a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Spießbraten mit Bratensauce a, a1, i, o, S Leipziger Allerlei (Erbsen, Karotten, Spargel) g, g1 Salzkartoffeln	○
Freitag 06.11.26	Rotes Linsensüppchen (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) i, veg. wahlweise mit Mettwürstchenscheiben S, 2, 3 Weizenvollkornbrot a, a1, a3	○	Seelachsfilet in Kartoffelpanade a, a1, d, l, Fi Dillsauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Kasselerkammsteak S, 2, 3 Rahmsauerkraut g, g1, S, 2, 3, 9 Salzkartoffeln	○
Montag 09.11.26	Eierragout (mit Erbsen u. Möhren) a, a1, c, g, g1, o, veg. Salzkartoffeln	○	Hähnchenkeule Ge Möhren-Kohlrabigemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	paniertes Kotelett a, a1, S Rahmchampignons a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○
Dienstag 10.11.26	Kochklops vom Kalb a, a1, c, R Kapernsauce a, a1, g, g1 Kartoffel-Erbsen-Stampf g, g1	○	Kaiserschmarrn (mit Rosinen) a, a1, c, g, veg. Pflaumensauce	○	Geflügelfrikadelle a, a1, c, g, g1, o, Ge Rosenkohl in Rahm a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○
Mittwoch 11.11.26	Tomatensauce a, a1 Reibekäse g Gabelspaghetti a, a1	○	Schweinebraten S Bratensauce a, a1, i, o Apfelrotkohl 3 Salzkartoffeln	○	Matjesfilets d, g, g1, Fi, 2 Dillschmand g, g1 Petersilienkartoffeln	○

Speiseplan für EAR - November 2026

der ASB-Küche Bentwisch
www.asb-kuestenkinder.de
Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126

Alle Gerichte inkl. Dessert/ Obst und Rohkostsalat

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Donnerstag 12.11.26	Wildlachsfilet paniert a, a1, d, Fi Spinat a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Ei c, veg. Süß-Saure-Sauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Rindersauerbraten mit Bratensauce a, a1, i, o, R Buttererbsen g, g1 Salzkartoffeln	
Freitag 13.11.26	Grüner Erbseneintopf (mit Sellerie, Möhren u. Kartoffeln) i, veg. wahlweise mit Bockwurst S, 2, 3 Weizenvollkornbrot a, a1, a3		Currywurst i, Ge, RS, 2, 3, 9 hausgemachte Currysauce a, a1, f, 2, 3, 4 Kartoffelstampf g, g1		Geflügel-Leber in Apfel-Zwiebel-Fett a, a1, g, g1, 3 Kartoffelstampf g, g1	
Montag 16.11.26	Gemüseburger paniert (mit Kürbis u. Steckrüben) a, a1, veg. Tomatensauce a, a1 Vollkornnudeln a, a1		Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch a, a1, g, RS Weizenvollkornbrot a, a1, a3		Schaschlikpfanne i, S, 2, 3, 5 Salzkartoffeln	
Dienstag 17.11.26	Gebratenes Seelachsfilet d, Fi Süß-Saure-Sauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Kräuter-Käse-Sauce a, a1, g, g1 Familiengemüse (mit Karotten, Kohlrabi u. Bohnen) Schupfnudeln a, a1		Senfbraten mit Bratensauce a, a1, i, o, S Buttererbsen g, g1 Salzkartoffeln	
Mittwoch 18.11.26	Milchreis g, g1, veg. Erdbeersauce		Putenbrust gebraten Ge, 23 Sauce Hollandaise c, g, g1 Blumenkohl g, g1 Salzkartoffeln		Rinderroulade o, RS, 2, 3, 9 Bratensauce a, a1, i, o Rotkohl Salzkartoffeln	
Donnerstag 19.11.26	Hähnchenunterschenkel a, a1, Ge Erbsengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Käsespätzle (mit Zwiebeln) a, a1, a5, c, g, veg. Röstzwiebeln a, a1		Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" a, a1, g, g1, S Langkornreis	
Freitag 20.11.26	Brühnudeln (mit Karotten, Porree u. Sellerie) a, a1, i, veg. wahlweise mit Hühnerfleischwürfel Ge Mischbrot a, a1, a2		Hähnchen "Cordon bleu" a, a1, g, Ge, 1, 2, 3, 9, 14 Kohlrabigemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Geschmorte Rippchen a, a1, f, S, 9 Ratatouille Rosmarinkartoffeln	
Montag 23.11.26	Blumenkohlbratling paniert a, a1, c, g, g1, veg. Rahmsauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Schmorkohl mit gemischtem Hackfleisch a, a1, g, g1, RS Salzkartoffeln		Halbes Hähnchen Ge Béchamelkartoffeln mit Speck a, a1, g, g1, i, S, 2, 3	

Tour:___
Nachname:_____
Vorname:_____

Speiseplan für EAR - November 2026

der ASB-Küche Bentwisch
www.asb-kuestenkinder.de
Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126

Alle Gerichte inkl. Dessert/ Obst und Rohkostsalat

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Dienstag 24.11.26	Jagdwurstgulasch (mit Zwiebeln) a, a1, Ge, 2, 9 Reibekäse g Vollkornnudeln a, a1	○	Gemüsefrikadelle (mit Möhren, Pastinaken, Erbsen u. Mais) a, a1, c, veg. Leipziger Allerlei (Erbsen, Karotten, Spargel) in Rahm a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Rindergulasch a, a1, R, 5 Salzkartoffeln	○
Mittwoch 25.11.26	Rührei c, g, g1, veg. Spinat a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Soljanka GS, 2, 3, 5, 9 Brötchen a, a1	○	Schollenfilet paniert a, a1, d, Fi Speckstippe g, g1, S, 2, 3 Kartoffelstampf g, g1	○
Donnerstag 26.11.26	Wildlachs in Tomaten-Kokos-Sauce d, Fi Langkornreis	○	Germknödel mit Kirschfüllung a, a1, veg., 2 Vanillesauce g, g1	○	Kloppschinken a, a1, c, g, g1, S, 2 Bohnengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○
Freitag 27.11.26	Linseneintopf (mit Kartoffeln, Möhre u. Sellerie) i, veg. wahlweise mit Kasselerwürfel S, 2, 3 Weizenvollkornbrot a, a1, a3	○	Kasselerbraten mit Bratensauce a, a1, i, o, S, 2, 3 Sauerkraut S, 3 Salzkartoffeln	○	Hähnchenbruststreifen Ge Sour Creme g, g1 Ofenkartoffel	○
Montag 30.11.26	Brokkoli-Frischkäse-Sauce a, a1, g, g1 Vollkornnudeln a, a1	○	Rindfleischfrikadelle a, a1, c, R Spitzkohlgemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○	Hackbraten a, a1, c, o, S, 9 Blumenkohlgemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	○

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (a5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (g1) Laktose, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (k) Sesamsamen und -erzeugnisse, (l) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben, (o) Senf und -erzeugnisse, (Fi) Fisch, (S) Schweinefleisch, (veg.) vegetarisch, (Ge) Geflügel, (R) Rindfleisch, (RS) Rind- u. Schweinefleisch, (GS) Geflügel- und Schweinefleisch (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmittel, (9) mit Phosphat, (14) mit Molkenpulver, (23) aus Fleischstücken zusammengefügt, (26) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet