



Speiseplan für November

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
	01.11.23	Rührei (c,g), Spinat (a1,g), Kartoffelpüree (3,g), (FL) Rohkost/Obst	Pfundstopf (mit Rind, Schwein, Hackfleisch, Möhren und Kartoffeln), (R,S,2,3,g) Rohkost/Obst
	02.11.23	Wildlachs in Tomaten-Kokos-Sauce (d), Langkornreis, Rohkost/Speise (3,g)	Germknödel mit Kirschfüllung (2,a1), Vanillesauce (g), (FL) Rohkost/Speise (3,g)
	03.11.23	Linseneintopf (mit Kartoffeln, Möhren, Sellerie) (i), Vollkornbrot (a1), (FL) Rohkost/Obst	Kasselerbraten mit Bratensauce (S,2,3,a1,i,o), grüne Bohnen (g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	06.11.23	Brokkoli-Käse-Sauce (a1,g), Vollkornnudeln (a1) (FL), Rohkost/Obst	Geflügelbratwurst (G), Rahm-Sauerkraut (S,3,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	07.11.23	Seelachsstäbchen paniert (a1,d), Kräutersauce (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Asia-Pfanne mit Mie-Nudeln (a1,c,f,i) (FL), Rohkost/Speise (g)
	08.11.23	Eierkuchen (a1,c,g) mit Apfelmus (3) od. Zimt/Zucker (FL), Rohkost/Obst	Schweinegeschnetztes "Gyros Art" (S,a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	09.11.23	Frikassee vom Huhn (mit Möhren, Erbsen, Spargel) (G,a1,g), Langkornreis, Rohkost/Speise (g)	Ei (c) mit Süß-Saurer-Sauce (a1,g), Kartoffelpüree (3,g), (FL) Rohkost/Speise (g)
	10.11.23	Kartoffelcremesuppe (mit Möhren, Sellerie, Porree) (g,i), Weizenvollkornbrot (a1) (FL), Rohkost/Obst	Jagdwurstgulasch in Tomate (G,2,7,a1), Spirelli (a1), Rohkost/Obst
	13.11.23	Familiengemüse (Karotten, Kohlrabi, Bohnen) mit Currysauce (a1,g), Langkornreis (FL), Rohkost/Obst	Schweinegeschnetztes "Züricher Art" (S,a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	14.11.23	Gabelspaghetti (a1), Tomatensauce (a1), Jagdwurst paniert gebraten (G,2,a1), Rohkost/Speise (g)	Gemüse-Kokos-Pfanne, Langkornreis, (FL) Rohkost/Speise (g)
	15.11.23	Ei (c), Senfsauce (a1,g,o), Salzkartoffeln (FL), Rohkost/Obst	Hähnchen Kebab (G), Weißkrautsalat, Zaziki (g), Fladenbrot (a1,k), Rohkost/Obst
	16.11.23	Wildlachs in Gemüsesauce (mit Möhren, Sellerie & Zwiebeln) (a1,d,g,i), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Kartoffelpuffer (a1,c), Apfelmus (3), (FL) Rohkost/Speise (g)
	17.11.23	Steckrübeintopf (Kartoffeln, Sellerie und Zwiebeln) (i) mit/ohne Kasselerwürfeln (S,2,3), Roggenvollkornbrot (a2), Rohkost/Obst	Käsespätzle (a1,c,g), Röstzwiebeln (a1), (FL) Rohkost/Obst
	20.11.23	Spinat-Käse-Sauce (1,a1,g), Gabelspaghetti (a1) (FL), Rohkost/Obst	Rostbratwürstchen (G), braune Sauce (a1,g), Kartoffel-Möhren-Püree (3,g), Rohkost/Obst
	21.11.23	Seelachs-Fischburger paniert (a1,d,g,o), Dillsauce (a1,g), Langkornreis, Rohkost/Speise (g)	Tomatensauce (a1), Spirelli (a1), (FL) Rohkost/Speise (g)
	22.11.23	Grießbrei (a1,g) mit Pflaumensauce (FL), Rohkost/Obst	Chicken Nuggets (G,7,a1), Brokkoligemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	23.11.23	Hähnchenbrust gebraten (G), Bohnengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Süßkartoffel-Gemüsepfanne (3) (FL), Rohkost/Speise (g)
	24.11.23	Brokkolicremesuppe (mit Kartoffeln und Sellerie) (g,i), Vollkornbrot (a2) (FL), Rohkost/Obst	Cevapcici (R,a1,c,o), Gemüserahmsauce (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	27.11.23	Rührei (c,g), Kartoffelstampf (3,g), Gurkensalat, (FL) Obst	Soljanka (S,2,3,5,7), Brötchen (a1), Rohkost/Obst
	28.11.23	Geflügelfrikadelle (G,a1,c,o), Rahmblumenkohl (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (1,3,g)	Bunte Nudeln (a1) mit Käsesauce (1,a1,g) (FL), Rohkost/Speise (1,3,g)
	29.11.23	Linsen-Tomaten-Gemüse, Vollkornnudeln (a1) (FL), Rohkost/Obst	Geb. Leberkäse (G,2,3,7), Bayrischkraut (g), Salzkartoffeln, Rohkost/Obst
	30.11.23	Seehecht paniert (a1,d), Pastinaken-Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Rohkost/Speise (g)	Milchnudeln (a1,g) mit Beerenragout (FL), Rohkost/Speise (g)

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 tier, 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