

Tour: _____
 Nachname: _____
 Vorname: _____



Speiseplan für EAR - März 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 02.03.26	Ei ^{c, FL} Senfsauce ^{a, a1, g, g1, o} Salzkartoffeln		Schweinegulasch ^{a, a1, S, 5} Spirelli ^{a, a1}		Grütwurst ^{a, a3, o, S, 2, 3, 9} Sauerkraut ^{S, 3} Salzkartoffeln	
Dienstag 03.03.26	Jagdwurst paniert gebraten ^{a, a1, Ge, 2} Tomatensauce ^{a, a1} Gabelspaghetti ^{a, a1}		Chili sin Carne (mit Bulgur, Kidneybohnen, Paprika u. Mais) ^{a, a1, i, FL} Kräuterjoghurt ^{g, g1} Baguette ^{a, a1}		Hacksteak "Croatia" gefüllt mit Frischkäse ^{a, a1, c, g, g1, RS, 18} Brokkoligemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	
Mittwoch 04.03.26	Kichererbsen-Curry (mit Karotten u. Kokosmilch) ^{FL} Langkornreis		Schweineschnitzel ^{a, a1, c, g, i, k, o, S} Erbsen-Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Schlemmerfischfilet "Bordelaise" ^{a, a1, d, Fi} Dillsauce ^{a, a1, g, g1} Petersilienkartoffeln	
Donnerstag 05.03.26	Wildlachs in Gemüsesauce (mit Möhren, Sellerie u. Zwiebeln) ^{a, a1, d, g, g1, i, Fi} Salzkartoffeln		Kartoffelpuffer ^{FL} Apfelmus ³		Jägerpfanne mit Pilzen ^{a, a1, g, g1, S} Spätzle ^{a, a1, c, f, o}	
Freitag 06.03.26	Kartoffelcremesuppe (mit Möhren, Sellerie u. Porree) ^{g, g1, i, FL} wahlweise mit Geflügel-Wiener ^{g, Ge, 2, 3, 9} Weizenvollkornbrot ^{a, a1, a3}		Hähnchen Kebab ^{Ge} Zaziki ^{g, g1} Weißkohlrohkost Fladenbrot ^{a, a1, k}		Hähnchenbrust überbacken mit Ananas ^{g, Ge} Currysauce ^{a, a1, g, g1} Langkornreis	
Montag 09.03.26	Spinat-Frischkäse-Sauce ^{a, a1, g, g1} Gabelspaghetti ^{a, a1}		Rostbratwürstchen ^{Ge, 9} Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1}		Schmorgurken mit Hackfleisch ^{g, g1, RS} Salzkartoffeln	
Dienstag 10.03.26	Seelachs-Fischburger paniert ^{a, a1, d, g, g1, o, Fi} Dillsauce ^{a, a1, g, g1} Langkornreis		Polenta-Spinat-Schnitte ^{a, a1, g, g1, FL} Tomatensauce ^{a, a1} Salzkartoffeln		Schweinehaxe ^S Bratensauce ^{a, a1, i, o} Sauerkraut ^{S, 3} Salzkartoffeln	
Mittwoch 11.03.26	Grießbrei ^{a, a1, g, g1, FL} Beerensauce (mit Erd-, Johannis- u. Himbeeren)		Schweineroulade ^{o, S, 2} Bratensauce ^{a, a1, i, o} Blumenkohl ^{g, g1} Salzkartoffeln		Matjes "Hausfrauen-Art" ^{d, g, g1, Fi, 2} Bratkartoffeln ^{S, 2, 3, 9}	
Donnerstag 12.03.26	Hähnchenbrust gebraten ^{Ge} Bohnengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Quinoa-Erbsen-Frikadelle ^{FL} Kräutersauce ^{a, a1, g, g1} Gemüsereis ⁱ		Spanferkelrollbraten ^S Bratensauce ^{a, a1, i, o} Blumenkohl ^{g, g1} Salzkartoffeln	



Speiseplan für EAR - März 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	
Freitag 13.03.26	Brokkolicremesuppe (mit Kartoffeln u. Sellerie) ^{g, g1, i, FL} wahlweise mit Bockwurst ^{S, 2, 3} Roggenvollkornbrot ^{a, a1, a2, a3}	☐	Hackfleisch "Bolognese" ^{a, a1, R} geriebener Hartkäse ^g Gabelspaghetti ^{a, a1}	☐	Schupfnudelpfanne (mit Schweinefleisch u. Lauchzwiebeln) ^{a, a1, c, f, g, g1, i, l, o, S}	☐
Montag 16.03.26	Linsen-Tomaten-Gemüse (mit Karotten) ^{FL} Vollkornnudeln ^{a, a1}	☐	Chicken Nuggets ^{a, a1, Ge, 9, 14} Erbsen-Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1}	☐	Hähnchenkeule ^{Ge} Bohngengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	☐
Dienstag 17.03.26	Rindfleischfrikadelle ^{a, a1, c, R} Spitzkohlgemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	☐	Käsesauce ^{a, a1, g, g1} Tortellini (gefüllt mit Ricotta und Spinat) ^{a, a1, c, g, g1}	☐	Szegediner Gulasch ^{a, a1, R} Salzkartoffeln	☐
Mittwoch 18.03.26	Rührei ^{c, g, g1, FL} Petersiliensauce ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1}	☐	Schweinesteak ^S Buttergemüse (mit Karotten, Kohlrabi u. Bohnen) ^{g, g1} Salzkartoffeln	☐	Lachswürfel ^{d, Fi} Spinat-Frischkäse-Sauce ^{a, a1, g, g1} Bandnudeln ^{a, a1}	☐
Donnerstag 19.03.26	Rotbarsch paniert ^{a, a1, c, d, i, o, Fi} Pastinaken-Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Langkornreis	☐	Milchnudeln ^{a, a1, g, g1, FL} Kirschsauce	☐	Wirsingroulade ^{a, a1, o, RS} Wirsingrahm ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	☐
Freitag 20.03.26	Kürbiscremesuppe püriert (mit Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln u. Kokosmilch) ^{g, g1, i, FL} Weizenvollkornbrot ^{a, a1, a3}	☐	Paprikaschote ^{a, a1, a4, c, f, g, i, o, RS} Paprikasauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	☐	Eisbein ^S Erbsenpüree ^{g, g1, 3} Sauerkraut ^{S, 3} Salzkartoffeln	☐
Montag 23.03.26	Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) ^{a, a1, i, FL} Reibekäse ^g Vollkornnudeln ^{a, a1}	☐	Frikadelle ^{a, a1, a3, c, f, g, i, o, RS} Wachsbohngengemüse ^{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 24.03.26	Kabeljau paniert ^{a, a1, d, g, g1, o, Fi} Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	☐	Brokkoli-Knuspernuggets ^{a, a1, a3, c, f, g, g1, FL} kalte Schnittlauchsauce ^{g, i} gerösteter Blumenkohl Karottenreis ^{i, 3}	☐	Wildgulasch ^{a, a1} Preiselbeerbirne Kartoffelklöße ^{i, 3}	☐
Mittwoch 25.03.26		☐		☐		☐

Tour: _____
 Nachname: _____
 Vorname: _____



Speiseplan für EAR - März 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	
	Hefeklöße a, a1, c, FL Erdbeersauce		Geschnetzeltes "Art Stroganoff" a, a1, g, R, 5 Salzkartoffeln		Schweinskopfsülze i, o, S, 2, 3, 9 Remoulade a, a1, c, o, 1, 26 Bratkartoffeln S, 2, 3, 9	
Donnerstag 26.03.26	Putengeschnetzeltes (mit Paprika u. Zwiebeln) a, a1, g, g1, Ge Salzkartoffeln		Karotten-Sesam-Stick a, a1, k, FL 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 27.03.26	Rotes Linsensüppchen (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) i, FL Weizenvollkornbrot a, a1, a3		Seelachsfilet in Kartoffelpanade a, a1, d, Fi Dillsauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Kasselerkammsteak S, 2, 3 Rahmsauerkraut g, g1, S, 2, 3, 9 Salzkartoffeln	
Montag 30.03.26	Eierragout (mit Erbsen u. Möhren) a, a1, c, g, g1, o, FL Salzkartoffeln		Ferien - keine Auswahlmöglichkeit		paniertes Kotelett a, a1, S Rahmchampignons a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	
Dienstag 31.03.26	Kochklops vom Kalb a, a1, c, f, g, i, o, R Kapernsauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln		Ferien - keine Auswahlmöglichkeit		Geflügelfrikadelle a, a1, c, g, g1, o, Ge Rosenkohl in Rahm a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteuerzeugnisse, (a4) Hafer und Hafererzeugnisse, (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 10mg/l, als SO2 angegeben, (o) Senf und -erzeugnisse, (Fi) Fisch, (S) Schweinefleisch, (FL) fleischlos, (Ge) Geflügel, (R) Rindfleisch, (RS) Rind- u. Schweinefleisch (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (5) mit Süßungsmittel, (9) mit Phosphat, (14) mit Molkenpulver, (18) mit Eiklar, (26) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet