

Tour: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_



# Speiseplan für EAR - Januar 2026

der ASB-Küche Bentwisch

www.asb-kuestenkinder.de

Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126



Alle Gerichte inkl. Dessert/ Obst und Rohkostsalat
--

	<b>Menü 1</b>		<b>Menü 2</b>		<b>Menü 3</b>	
Donnerstag 01.01.26	Frohes neues Jahr	<input type="radio"/>	Frohes neues Jahr	<input type="radio"/>	Frohes neues Jahr	<input type="radio"/>
Freitag 02.01.26	geschlossen	<input type="radio"/>	Ferien - keine Auswahlmöglichkeit	<input type="radio"/>	geschlossen	<input type="radio"/>
Montag 05.01.26	Ei c, FL Senfsauce a, a1, g, g1, o Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Schweinegulasch a, a1, S, 5 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Grützwurst a, a3, o, S, 2, 3, 9 Sauerkraut S, 3 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Dienstag 06.01.26	Jagdwurst paniert gebraten a, a1, Ge, 2 Tomatensauce a, a1 Gabelspaghetti a, a1	<input type="radio"/>	Chili sin Carne (mit Bulgur, Kidneybohnen, Paprika u. Mais) a, a1, i, FL Kräuterjoghurt g, g1 Baguette a, a1	<input type="radio"/>	Hacksteak "Croatia" gefüllt mit Frischkäse a, a1, c, g, g1, RS, 18 Brokkoligemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Mittwoch 07.01.26	Kichererbsen-Curry (mit Tomaten, Karotten u. Kokosmilch) FL Langkornreis	<input type="radio"/>	Hähnchen Kebab Ge Zaziki g, g1 Weißkohlrohkost Fladenbrot a, a1, k	<input type="radio"/>	Schlemmerfischfilet "Bordelaise" a, a1, d, Fi Dillsauce a, a1, g, g1 Petersilienkartoffeln	<input type="radio"/>
Donnerstag 08.01.26	Wildlachs in Gemüsesauce (mit Möhren, Sellerie u. Zwiebeln) a, a1, d, g, g1, i, Fi Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Kartoffelpuffer FL Apfelmus 3	<input type="radio"/>	Jägerpfanne mit Pilzen a, a1, g, g1, S Spätzle a, a1, c, f, o	<input type="radio"/>
Freitag 09.01.26	Pürierte Tomatensuppe (mit Reis, Karotten u. Sellerie) a, a1, i, FL Weizenvollkornbrot a, a1, a3	<input type="radio"/>	Schweineschnitzel a, a1, c, g, i, k, o, S Erbsen-Möhrengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Hähnchenbruststreifen Ge Curry-Ananas-Sauce a, a1, g, g1 Langkornreis	<input type="radio"/>
Montag 12.01.26	Spinat-Frischkäse-Sauce a, a1, g, g1 Gabelspaghetti a, a1	<input type="radio"/>	Rostbratwürstchen Ge, 9 braune Sauce a, a1, g, g1 Kartoffel-Möhren-Stampf g, g1	<input type="radio"/>	Schmorgurken mit Hackfleisch g, g1, RS Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Dienstag 13.01.26	Seelachs-Fischburger paniert a, a1, d, g, g1, o, Fi Dillsauce a, a1, g, g1 Langkornreis	<input type="radio"/>	Karotten-Kokos-Suppe g, g1, i, FL Laugenstange a, a1	<input type="radio"/>	Wildgulasch a, a1 Preiselbeerbirne Kartoffelklöße l, 3	<input type="radio"/>
Mittwoch 14.01.26	Grießbrei a, a1, g, g1, FL Beerengragout (mit Erd-, Johannis- u. Himbeeren)	<input type="radio"/>	Schweineroulade o, S, 2 Bratensauce a, a1, i, o Blumenkohl g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Matjes "Hausfrauen-Art" d, g, g1, Fi, 2 Bratkartoffeln S, 2, 3, 9	<input type="radio"/>



**Speiseplan für EAR - Januar 2026**  
**der ASB-Küche Bentwisch**  
**www.asb-kuestenkinder.de**  
**Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126**



Alle Gerichte inkl.  
Dessert/ Obst und  
Rohkostsalat

	<b>Menü 1</b>		<b>Menü 2</b>		<b>Menü 3</b>	
Donnerstag 15.01.26	Hähnchenbrust gebraten Ge Bohnengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Karotten-Vollkorn-Rösti a, a1, a2, a4, a5, c, g, g1, FL Kräutersauce a, a1, g, g1 Gemüsereis i	<input type="radio"/>	Mecklenburger Rippenbraten g, g1, l, S, 2, 3 Bratensauce a, a1, l, o Blumenkohl g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Freitag 16.01.26	Brokkolicremesuppe (mit Kartoffeln u. Sellerie) g, g1, l, FL Roggenvollkornbrot a, a1, a2, a3	<input type="radio"/>	Jagdwurstgulasch in Tomate a, a1, Ge, 2, 9 Vollkornnu deln a, a1	<input type="radio"/>	Schupfnudelpfanne (mit Schweinefleisch u. Lauchzwiebeln) a, a1, c, f, g, g1, l, o, S	<input type="radio"/>
Montag 19.01.26	Rührei c, g, g1, FL Petersiliensauce a, a1, g, g1 Kartoffelstampf g, g1	<input type="radio"/>	Paprikaschote a, a1, c, f, g, i, o, RS Paprikasauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Hähnchenkeule Ge Bohnengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Dienstag 20.01.26	Rindfleischfrikadelle a, a1, c, R Spitzkohlgemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Käsesauce a, a1, g, g1 Tortellini (gefüllt mit Ricotta und Spinat) a, a1, c, g, g1	<input type="radio"/>	Szegediner Gulasch a, a1, R Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Mittwoch 21.01.26	Linsen-Tomaten-Gemüse (mit Karotten) FL Vollkornnu deln a, a1	<input type="radio"/>	Gebackener Leberkäse Ge, 2, 3, 9 Bayrischkraut g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Gemischter Salat Honig-Senf-Dressing o Ei c, FL Baguette a, a1	<input type="radio"/>
Donnerstag 22.01.26	Rotbarsch paniert a, a1, c, d, i, o, Fi Pastinaken-Möhrengemüse a, a1, g, g1 Langkornreis	<input type="radio"/>	Milchnudeln a, a1, g, g1, FL Kirschsauc e	<input type="radio"/>	Wirsingroulade a, a1, o, RS Wirsingrahm a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Freitag 23.01.26	Kürbiscremesuppe püriert (mit Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln u. Kokosmilch) g, g1, l, FL Weizenvollkornbrot a, a1, a3	<input type="radio"/>	Chicken Nuggets a, a1, Ge, 9, 14 Erbsen-Möhrengemüse a, a1, g, g1 Kartoffelstampf g, g1	<input type="radio"/>	Eisbein S, 2, 3 Erbsenpüree g, g1, 3 Sauerkraut S, 3 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Montag 26.01.26	Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) a, a1, i, FL Vollkornnu deln a, a1	<input type="radio"/>	Frikadelle a, a1, a3, c, f, g, i, o, RS Wachsbohnengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Seelachsfilet in Eihülle a, a1, c, d, o, Fi Juliennegemüse (Karotten, Porree, Sellerie) a, a1, g, g1, i Kartoffelstampf g, g1	<input type="radio"/>
Dienstag 27.01.26	Kabeljau paniert a, a1, d, g, g1, o, Fi Möhrengemüse a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Brokkoli-Haselnuss-Ecke a, a1, c, h, h2, FL Rahmsauc e a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Geschnetzeltes "Art Stroganoff" a, a1, g, R, 5 Spätzle a, a1, c, f, o	<input type="radio"/>

Tour: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_



## Speiseplan für EAR - Januar 2026

der ASB-Küche Bentwisch

www.asb-kuestenkinder.de

Kundenzentrum Tel: 038208 8433-115/126



Alle Gerichte inkl.  
Dessert/ Obst und  
Rohkostsalat

	<b>Menü 1</b>		<b>Menü 2</b>		<b>Menü 3</b>	
Mittwoch 28.01.26	Hefeklöße a, a1, c, FL Erdbeersauce	<input type="radio"/>	Putengeschnetzeltes a, a1, g, g1, Ge Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Schweinskopfsülze i, o, S, 2, 3, 9 Remoulade a, a1, c, o, 1, 26 Bratkartoffeln S, 2, 3, 9	<input type="radio"/>
Donnerstag 29.01.26	Rindfleischragout (mit Sellerie u. Zwiebeln) a, a1, g, g1, i, R Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Karotten-Sesam-Stick a, a1, k, FL Gemüsesauce (mit Paprika u. Mais) a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Spießbraten mit Bratensauce a, a1, i, o, S Leipziger Allerlei (Erbsen, Karotten, Spargel) g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>
Freitag 30.01.26	Rotes Linsensüppchen (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) i, FL Weizenvollkornbrot a, a1, a3	<input type="radio"/>	Seelachsfilet in Kartoffelpanade a, a1, d, Fi Dillsauce a, a1, g, g1 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>	Kasselerkammsteak S, 2, 3 Rahmsauerkraut g, g1, S, 3 Salzkartoffeln	<input type="radio"/>

(a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (a4) Hafer und Hafererzeugnisse, (a5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (g1) Laktose, (h) Schalenfrüchte und -erzeugnisse, (h2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse, (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, (18) mit Eiklar, (26) Kunststoffüberzug nicht zum Verzehr geeignet