

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

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
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"/>	Grütwurst 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 Beerenragout (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

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
Donnerstag 15.01.26	Hähnchenbrust gebraten ^{Ge} Bohngengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Karotten-Vollkorn-Rösti ^{a, a1, a2, a4, a5, c, g, g1, FL} Kräutersauce ^{a, a1, g, g1} Gemüsereis ⁱ		Mecklenburger Rippenbraten ^{g, g1, l, S, 2, 3} Bratensauce ^{a, a1, i, o} Blumenkohl ^{g, g1} Salzkartoffeln	
Freitag 16.01.26	Brokkolicremesuppe (mit Kartoffeln u. Sellerie) ^{g, g1, i, FL} Roggenvollkornbrot ^{a, a1, a2, a3}		Jagdwurstgulasch in Tomate ^{a, a1, Ge, 2, 9} Vollkornnudeln ^{a, a1}		Schupfnudelpfanne (mit Schweinefleisch u. Lauchzwiebeln) ^{a, a1, c, f, g, g1, i, l, o, S}	
Montag 19.01.26	Rührei ^{c, g, g1, FL} Petersiliensauce ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1}		Paprikaschote ^{a, a1, c, f, g, i, o, RS} Paprikasauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Hähnchenkeule ^{Ge} Bohngengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln	
Dienstag 20.01.26	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 21.01.26	Linsen-Tomaten-Gemüse (mit Karotten) ^{FL} Vollkornnudeln ^{a, a1}		Gebackener Leberkäse ^{Ge, 2, 3, 9} Bayrischkraut ^{g, g1} Salzkartoffeln		Gemischter Salat Honig-Senf-Dressing ^o Ei ^{c, FL} Baguette ^{a, a1}	
Donnerstag 22.01.26	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 23.01.26	Kürbiscremesuppe püriert (mit Kartoffeln, Möhren, Zwiebeln u. Kokosmilch) ^{g, g1, i, FL} Weizenvollkornbrot ^{a, a1, a3}		Chicken Nuggets ^{a, a1, Ge, 9, 14} Erbsen-Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Kartoffelstampf ^{g, g1}		Eisbein ^{S, 2, 3} Erbsenpüree ^{g, g1, 3} Sauerkraut ^{S, 3} Salzkartoffeln	
Montag 26.01.26	Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) ^{a, a1, i, FL} 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 27.01.26	Kabeljau paniert ^{a, a1, d, g, g1, o, Fi} Möhrengemüse ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Brokkoli-Haselnuss-Ecke ^{a, a1, c, h, h2, FL} Rahmsauce ^{a, a1, g, g1} Salzkartoffeln		Geschnetzeltes "Art Stroganoff" ^{a, a1, g, R, 5} Spätzle ^{a, a1, c, f, o}	

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

	Menü 1		Menü 2		Menü 3	
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 10/mg/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