























































Speisepläne GGS Erlenweg




🍌 **Agel besteht zu 90 Prozent aus Wasser. Er enthält wichtige Mineralstoffe und Vitamine. Das ist gut für deinen Körper.** 🍌

GGG Erlenweg		GGG Erlenweg		GGG Erlenweg	
	Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.			Geflügelfleisch	Rindfleisch
				vegetarisch	Fisch
13. KW	24.03.2025	25.03.2025	26.03.2025	27.03.2025	28.03.2025
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü I	 Cannelloni  mit Rindfleischfüllung in Tomatensauce und Käse überbacken	 Spargelcremesuppe 	 Edamame Bratling  (pikant)		 Kibbeling  (Seelachs)
	Wachsbrechbohnsalat (81&Eziz)	Fladenbrot Graubrot	Currydip BIO Reis Blattsalat		Zitronen-Knoblauch- Majonäse Kartoffelecken Blattsalat
Menü II vegetarisch	 Cannelloni  mit Ricotta-Spinatfüllung in Tomatensauce und Käse überbacken				 Gemüse Bagel  (Blumenkohl, Erbsen, Karotten)
	Wachsbrechbohnsalat (81&Eziz)				BIO Schnittlauchdip Kartoffelecken Blattsalat
Menü III				 Vollkorn Spaghetti 	
				helle Erbsensauce geriebener Hartkäse Blattsalat	
Dessert	 Obst	 Obst	 Obst	 Vanillemark	 Obst




🍌 **Wildlachs hat viel Omega 3 Fettsäuren die sind gut für deine Konzentration und deine Sehfähigkeit.** 🍌

GGG Erlenweg		GGG Erlenweg		GGG Erlenweg		
	Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulinverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.			Geflügelfleisch	Rindfleisch	
				vegetarisch	Fisch	
14. KW	31.03.2025	01.04.2025	02.04.2025	03.04.2025	04.04.2025	
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Menü I	 Hähnchen Schnitzel 	 Kartoffelcremesuppe 		 Bratkartoffeln 	 Wildlachsragout  in mediterraner Gemüsesauce (Zucchini, Aubergine, Paprika)	
	Ketchup-Paprikasauce			Fladenbrot		Rahmsauce (vegetarisch) 
	Vollkornreis grüner Bohnensalat (81&Eziz)			Roggen-Vollkornbrot		Blumenkohl (Natur) 
Menü II vegetarisch	 vegetarisches Schnitzel  (Milchkeiuei)				 gekochte Eier 	
	Ketchup-Paprikasauce				helle Dillsauce	
	Vollkornreis				BIO Kartoffeln	
	grüner Bohnensalat (81&Eziz)				Blattsalat	
Menü III				 Ravioli  mit Gemüsefüllung (Spinat, Zucchini, Tomato)		
				Tomaten-Basilikumsauce		
				geriebener Hartkäse		
				Blattsalat		
Dessert	 Obst	 Obst	 Obst	 Erdbeerquark	 Obst	

Kichererbsen haben mit Kichern nichts zu tun. Den Namen haben sie aus dem Lateinischen da heißen sie "Cicer" irgendwann wurde daraus "Kicher"

 Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.		GGG Erlenweg					  ESSEN FÜR KINDER DE-OKO-006	
		Geflügelfleisch	Flindfleisch	vegetarisch	Fisch			
15. KW	07.04.2025	08.04.2025	09.04.2025	10.04.2025	11.04.2025			
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag			
Menü I	Rinderbraten	Roter Kichererbseneintopf (Kichererbsen, Lauch, Möhren, Sellerie)			gebratenes Seelachsfilet			
	Bratensauce				helle Gemüsesauce (Sellerie, Lauch, Karotte)			
	Vollkornreis		Fladenbrot		Kartoffelkroketten			
	grüne Bohnengemüse (natur)		Graubrot		Blattsalat			
Menü II vegetarisch	Gemüseragout (Möhren, Blumenkohl, Broccoli) in Tomatensauce			gebackene Kartoffeln in Schale	Blumenkohl-Käsebratling			
	Vollkornreis				helle Petersiliensauce			
					Kartoffelkroketten			
Menü III			BIO Spaghetti		Blattsalat			
			helle Schnittlauchsauce					
			geriebener Hartkäse					
			Blattsalat					
Dessert	Obst	Obst	Obst	Knusper-Joghurt	Obst			

Blumenkohl gehört zu der Kohlpflanze. Kohl war früher ein typisches Wintergemüse da er gut zu lagern ist und viel Vitamin C enthält. Das ist gut für deine Abwehr.

 Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.		GGG Erlenweg					  ESSEN FÜR KINDER DE-OKO-006		
		Geflügelfleisch	Flindfleisch	vegetarisch	Fisch				
16. KW	14.04.2025	15.04.2025	16.04.2025	17.04.2025	18.04.2025				
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag				
Menü I	Hähnchen Gyros	Linseneintopf (Sellerie, Karotte, Lauch, Kartoffel)		Meeresfiguren (Seelachs)	Karfreitag				
	Tzaziki								
	Vollkornreis		Fladenbrot						
	Krautsalat (81&Erria)		Graubrot						
Menü II vegetarisch	vegetarisches Gyros (Soja)			Rigatoni al Forno (Erbsen, Tomaten) mit Mozzarella überbacken	Karfreitag				
	Tzaziki								
	Vollkornreis								
	Krautsalat (81&Erria)								
Menü III					Karfreitag				
Dessert	Obst	Obst		BIO Banane					

Polenta besteht aus Maisgrieß. Polenta gehört mit zu den ältesten Gerichten der Welt. Sie enthält viele Ballaststoffe. Die sind gut für die Verdauung

17. KW		21.04.2025	22.04.2025	23.04.2025	24.04.2025	25.04.2025
		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü I	Ostermontag		Erbseintopf (Kartoffeln, Möhren, Sellerie)			gebratenes Wildlachsfilet
			Fladenbrot			Senf-Dillsauce
			Graubrot			Salzkartoffeln
Menü II vegetarisch			Lunchpakete			Polenta-Spinat-Tasche
						Tomatensauce
						Salzkartoffeln
Menü III	Vollkorn Spaghetti					
	helle Kräutersauce					
	geriebener Hartkäse					
Dessert		Obst		BIO Milchreis	Obst	

Polenta ist eine richtige Vitaminwundertüte. Also richtig gut für den Körper und das Abwehrsystem.

18. KW		28.04.2025	29.04.2025	30.04.2025	01.05.2025	02.05.2025	
		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Menü I	. Maifeiertag		Chili con Carne (Paprika, Mais, Tomaten)			Fischstäbchen (Seelachs)	
			BIO Reis			Remouladensauce	
			Rotkohlsalat (Öl & Essig)			Kartoffelpüree	
Menü II vegetarisch			Chili sin Carne (Sajo, Paprika, Mais, Tomaten)		Couscous Gemüsepfanne (Karotte, Blumenkohl, Broccoli, Kichererbsen)		Eieromelette
			BIO Reis		Kräuterdip		Kartoffelpüree
			Rotkohlsalat (Öl & Essig)		Blattsalat		Rahmspinat
Menü III	Maccaroni						
	helle Paprikasauce						
	geriebener Hartkäse						
Dessert	Obst	Obst	Obst		Obst		