

## Speisekarte KW 44

Für die Woche vom:

26.10.2020

30.10.2020

### Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Tomatencremesuppe und feiner Milchreis mit Apfelragout

Bunte Bandnudeln mit vegetarischer Carbonarasauce

Fit-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse

Vegetarisches Knopperschnitzel auf Sojabasis mit Tomatenreis und Erbsen-Möhrengemüse

Kartoffel-Gemüserösti mit Sour Cream und Salat

Milch (Lactose)  
11, 3

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Eier

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

Gluten (Hafer), Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulphit, Sellerie, Senf  
3

### Vollkost



Paniertes Putenbrustschnitzel mit Champignonrahm und Backofen-Frites



Hühnerfrikassee mit Spargel und Möhren, dazu Vollkornreis



Wellenbandnudeln mit Lachsauce



Putenköfte mit dunkler Sauce, Erbsen-Möhrengemüse und frischem Kartoffelpüree



Spätzle mit Spinat und Tomaten-Rinderragout

Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose)

Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Eier, Senf, Sellerie

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

### Gluten-, Laktosefrei

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüsereis

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi

Omas Gulaschsuppe mit Rindfleisch und Kartoffeln

Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsengemüse

Sojabohnen, Senf  
39910572

Sojabohnen

Eier, Sojabohnen, Senf

Sojabohnen, Sellerie, Senf

### Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Sahnepudding Schoko

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)  
3, 11

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit  
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

## Speisekarte KW 45

Für die Woche vom:

02.11.2020

06.11.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

### Vegetarisch

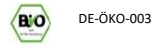
Eieromelett mit Spinat und Butterkartoffeln

Eier, Milch (Lactose)

Gnocchi-Broccoli-Auflauf mit Rahmsauce

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier

**Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce und Bio-Reibekäse**



Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

**LAHMACUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce**

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)

**Asiatische Mienudelpfanne mit gebratenem Gemüse und süß-saurer Sauce**

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Senf

### Vollkost



**Pfannengulasch vom Rind mit Wurzelgemüse und Knöpfle**

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Sojabohnen



**Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und Vollkornreis, dazu Sour Cream**

Milch (Lactose)



**Seelachs-Filet mit Remoulade und Salzkartoffeln**

Gluten (Weizen), Fisch, Senf, Eier, Milch (Lactose)



**Puten-Käse-Medaillons mit Gemüserahmsauce und Spaghetti**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Eier



**Currywurst vom Schwein mit Backofen-Frites**

Senf

3, 8

### Gluten-, Laktosefrei

**Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis**

Sojabohnen

**Vegetarischer Linseneintopf**

Sellerie

**Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln**

**Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis**

**Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce**

Eier, Sojabohnen

### Dessert/ Salat

**Frischer Obstsalat**

3

**Frischer Salat mit Joghurt-Dressing**

Milch (Lactose)

3, 11

**Obstkorb**

**Pfirsich-Aprikosen-Pudding**

Schwefeldioxid/Sulphit

3, 11

**Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing**

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.



# Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



## Speisekarte KW 46

Für die Woche vom:

09.11.2020

13.11.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

### Vegetarisch

**Goudakäseschnitzel mit Leipziger Allerlei, weißer Sauce und Langkornreis**

Gluten, (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

1, 2

**Krosse Soja-Sticks auf Dinkelreis mit leckerem Dip**

Gluten (Weizen, Dinkel), Sojabohnen, Milch (Lactose), Senf

12

**Klare Gemüsesuppe und Pancakes mit Vanillesauce und Apfelragout**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

**Spanische Würzkartoffeln mit Salat und grüner Sauce**

Eier, Milch (Lactose), Senf

**Bunte Tortellini mit vegetarischer Füllung, dazu Tomaten-Basilikumsauce und Reibekäse**

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

### Vollkost



**Seelachs-Backfisch-Filet mit Sauce und Dampfkartoffeln**

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)



**Putenbrustmedaillon mit Rahmsauce, Marktgemüse und Salzkartoffeln**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf



**Spaghetti Bolognese vom Rind mit Reibekäse**

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)



**Puten-Gemüsegulasch mit Karotten und Zucchini, dazu Langkornreis**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



**Schweinerückensteak mit Kohlrabi-Erbsegemüse, dunkler Sauce und Vollkornnudeln**

Gluten (Weizen), Sellerie

### Gluten-, Laktosefrei

**Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Risi Bisi**

Sojabohnen, Senf

**Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi**

Eier, Senf, Sojabohnen

**Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener**

Sojabohnen, Sellerie

3, 8

**Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis**

Fisch, Sojabohnen

**Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsegemüse**

Sojabohnen, Sellerie, Senf

### Dessert/ Salat

**Frischer Obstsalat**

3

**Frischer Salat mit Joghurt-Dressing**

Milch (Lactose)

3, 11

**Obstkorb**

**Vanillepudding**

Milch (Lactose)

1

**Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing**

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

## Speisekarte KW 47

Für die Woche vom:

16.11.2020

20.11.2020

### Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarische Knuspernuggets mit Erbsen-Reis und fruchtiger Tomatensauce

Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Vegetarischer Erbseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste), Sellerie, Senf

Ofenfrische geriebene Kartoffelplätzchen mit Apfelmus

Eier, Schwefeldioxid/ Sulphit

Penne-Veggi-Bologneseauflauf mit Gemüse und Käse überbacken

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen, Sellerie

### Vollkost



Rinderfrikadelle mit dunkler Sauce, Apfelrotkohl und Kartoffeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf



Paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsauce, Gartengemüse und Backofen-Kroketten

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf



Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Dinkelreis

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Senf



Rindfleisch-Rahmtopf mit Champignons und Gurke, dazu Hörnchennudeln

Gluten (Weizen), Senf, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulphit



Gebackenes Seelachsfilet mit Marktgemüse, frischem Kartoffelpüree und Sauce

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fisch

### Gluten-, Laktosefrei

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

3

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüseris

Sojabohnen, Senf

Tomatenreis mit Rindfleisch-Bolognese und Kohlrabi-Erbsengemüse

Sellerie

Vegetarischer Linseneintopf

Sellerie

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Sojabohnen

### Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)

3, 11

Obstkorb

Sahne-Pudding-Karamell

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.



# Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



## Speisekarte KW 48

Für die Woche vom:

23.11.2020

27.11.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

### Vegetarisch

Grüne Bandnudeln mit fruchtiger Linsen-Bolognese und Reibekäse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier, Sellerie

Mini-Rollen mit China-Sauce und Vollkornreis

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam

Romanesco-Gemüse-Knöpflepfanne mit Käserahmsauce

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Vegetarischer Bratling auf Sojabasis mit milder Currysauce und Würzkartoffeln

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/ Sulphit

Broccoliremesuppe und bayrischer Hefekloß mit Vanillesauce und Apfelragout

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Eier

### Vollkost



Fit-Pizza Flammkuchen mit Rahm, Speck und Zwiebeln

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)  
2, 3



Dunkle Rinderhackfleischsauce mit Makkaroni

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf



Fischstäbchen mit Spinat und Butterkartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)



Hühnchengeschnetzeltes mit Champignons und Langkornreis

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf



Zartes Hähnchenbrustfilet mit Paprikarahm und Spirelli

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

### Gluten-, Laktosefrei

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Eier, Sojabohnen

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüseis

Sojabohnen, Senf

Omas Gulaschsuppe mit Rindfleisch und Kartoffeln

Sojabohnen

Maisgrießbrei mit Kirschrugout

### Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)  
3, 11

Obstkorb



Fisch

Waldfrucht-Pudding

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit  
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Schwein

Neu!

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

## Speisekarte KW 49

Für die Woche vom:

30.11.2020

04.12.2020

### Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

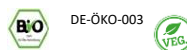
Gemüseburger im Sesam-Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen

Vegetarischer Linseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Hafer, Gerste), Sellerie

Bio-Spaghetti mit Bio-Basilikum-Tomatensauce und Bio-Reibekäse



Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Chili sin Carne mit Sour Cream und Langkornreis

Milch (Lactose), Sojabohnen

Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse gefüllt, dazu Rahmerbsen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

### Vollkost



Rindfleischburger im Sesam-Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Senf



Schweinegulasch mit Pilzen dazu Vollkornnudeln und buntes Gemüse

Gluten (Weizen), Senf



Knusprige Seelachsfilet-Kibbelinge mit Butterkartoffeln und Remoulade

Fisch, Eier, Milch (Lactose), Senf



Putengyrospfanne mit Zwiebeln, Weißkohl, Langkornreis und Dip

Milch (Lactose)



Hähnchen-Currygeschnetzeltes mit Apfel und Ananas, dazu Basmatireis

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

### Gluten- Laktosefrei

Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Risi Bisi

Sojabohnen, Senf

Tomatenreis mit Rindfleisch-Bolognese und Kohlrabi-Erbsengemüse

Sellerie

Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelstampf

Sojabohnen

Mildes Beef-Chili mit Quinoa Langkornreis

Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener

Sojabohnen, Sellerie  
3, 8

### Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)  
3, 11

Obstkorb

Vanillepudding

Milch (Lactose)  
1

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit  
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein

Neu!

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste \* Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.