

KW 1		Essen 1	Der vegetarische Genuss	Essen 2	Essen 3 - nur für Schüler
Mo		kcal F g K g E g		kcal F g K g E g	kcal F g K g E g
Di	02.01.	Wirsing-Hackfleisch-Pfanne mit Salzkartoffeln dazu Joghurt (8,C,I)	Gemüse Eintopf mit Kartoffeln dazu Joghurt (C,F1,I)		Ferien!
Mi	03.01.	Chinakohl mit Ananas, Paprika und Naturreis dazu Möhrenrohkost (C,E)	Süß-saure Eier mit dunkler hausgem. Soße, Salzkart. dazu Möhrenrohkost (G,I,F1)		Ferien!
Do	04.01.	Buntes Fischragout mit Reis dazu Apfelmus (3,H,I,F1)	Spätzlepfanne mit Champignons, Paprika und Käse dazu Apfelmus (1,2,I,F1)		Ferien!
Fr	05.01.	Hähnchennuggets mit Erbsen und Kartoffelpüree dazu Obst (1,2,I,F1)	Weißkohl Eintopf mit fr. Kräutern dazu Brötchen und Obst (C,F1)		Ferien!
KW 2		Essen 1	Der vegetarische Genuss	Essen 2	Essen 3 - nur für Schüler
Mo	08.01.	Möhreneintopf mit Würstchen dazu Obst (3,4,8,I,J,C)	Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln dazu Obst (I,F1)		Bunter gem. Salat (Möhren, Mais, Gurke, Käse) Vinaigrette (1,2,I)
Di	09.01.	Gulasch mit Nudeln dazu Dessert (8,I,F1)	Vollkornnudelpfanne mit Erbsen, Möhren, Tomatensoße dazu Dessert (I,F1)		Bunter gem. Salat (Möhren, Mais, Gurke, Käse) Vinaigrette (1,2,I)
Mi	10.01.	Gemüsegyros mit Reis dazu Kompott (I,F1)	Grießbrei mit Sauerkirschen (I,F1)		Bunter gem. Salat (Möhren, Mais, Gurke, Käse) Vinaigrette (1,2,I)
Do	11.01.	Gemüsepfanne mit Schw. einfleisch und Kartoffeln dazu Apfel (8,I,F1)	Spaghetti mit Champignonsoße und Petersilie dazu Apfel (I,F1,G)		Bunter gem. Salat (Möhren, Mais, Gurke, Käse) Vinaigrette (1,2,I)
Fr	12.01.	Fischstäbchen mit Gemüsesoße, Kartoffelpüree dazu Milch (1,2,I,F1,G)	Brühreis mit Gemüse dazu Brot und Milch (C,F1,F2,I)		Bunter gem. Salat (Möhren, Mais, Gurke, Käse) Vinaigrette (1,2,I)
KW 3		Essen 1	Der vegetarische Genuss	Essen 2	Essen 3 - nur für Schüler
Mo	15.01.	Milchnudeln mit Brötchen dazu Obst (I,F1,G)	Eier in Senfsoße, gr. Bohnen und Salzkartoffeln dazu Obst (G,I,F1,L)		Bunter gem. Salat (Möhren, Gurke, Ei) Vinaigrette (G)
Di	16.01.	Gemüse Eintopf "Leipziger Allerlei" dazu Brot und Dessert (C,I,F1)	Gemüsefrikadelle, Petersiliensoße, Kartoffelpüree dazu Dessert (F1,F3,G,I)		Bunter gem. Salat (Möhren, Gurke, Ei) Vinaigrette (G)
Mi	17.01.	Fischgulasch mit Paprika und Reis dazu Rohkost (H,I,F1)	Kräuterquark mit Salzkartoffeln dazu Rohkost (I)		Bunter gem. Salat (Möhren, Gurke, Ei) Vinaigrette (G)
Do	18.01.	Bratwurst mit Mischgemüse und Kart.-Püree dazu Mandarinenquark (3,4,8,I,F1,J,C,G)	Vollkornnudelpfanne mit Broccoli, Möhren, Käsesoße dazu Mandarinenquark (I,F1,1,2)		Bunter gem. Salat (Möhren, Gurke, Ei) Vinaigrette (G)
Fr	19.01.	Kartoffelsuppe mit Kräutern und Würstchen dazu Milch (3,4,8,J,C,F1)	Milchreis mit Apfelmus dazu Zucker und Zimt (3,I)		Bunter gem. Salat (Möhren, Gurke, Ei) Vinaigrette (G)

Änderungen vorbehalten

Druck: az.layoutplus-gransee.de

**Zusatzstoffe:** (1) Farbstoff, (2) Konservierungsmittel, (3) Antioxidationsmittel, (4) Geschmacksverstärker, (5) gewachst, (6) Phosphat, (7) Süßstoff **Zutaten:** (8) Schweinefleisch  
**Allergene:** (B) Schalen- und Hülsenfrüchte: (B1) Walnüsse, (B2) Haselnüsse, (B3) Mandeln, (B4) Cashewnüsse, (B5) Pistazien, (C) Sellerie, (D) Erdnüsse, (E) Soja, (F) glutenhalt. Getreide: (F1) Weizen, (F2) Roggen, (F3) Grünkern, (F4) Gerste, (F5) Hafer, (F6) Dinkel, (G) Eier, (H) Fisch, (I) Milch, (J) Senf, (K) Sesam, (L) Lupinen/Lupinenerzeugnisse, (M) Krebstiere (N) Weichtiere/Weichtiererzeugnisse, (O) Schwefeloxid/Sulfite

Nährstoffangaben (beziehen sich auf Portionen für 7-9-jährige Kinder): 1. Energiewert, F=Fett, K=Kohlenhydrate, E=Eiweiß  
 "(A)=Auswahl: Brot a)Weißbrot, b)Brötchen, c)Vollkornbrötchen, d)Mischbrot, e)Brotkorb; | f)Vollkornnudeln; | g)Vollkornreis; | h)Kartoffelpüree"



Für unser **Bestellsystem** wird ein **PIN** benötigt, den Sie über Mail unter

**kontakt@loewen-menue.de**

erfragen können.



Wir streben für Heranwachsende gesunde, ausgewogene und finanziell realisierbare Speisen an und arbeiten dafür eng mit Ernährungswissenschaftlern zusammen.

Wir freuen uns über die Zertifizierung:




des

Prüf- & Zertifizierungs-Institut für Gemeinschaftsverpflegung

**DR. KAUTZ**

DR. CHRISTA KAUTZ

KW 4	 Essen 1	 Essen 2	Essen 3 - nur für Schüler
Mo 22.01.	Erbseintopf mit Suppengrün dazu Obst (L,C) kcal F g K g E g	Reispfanne mit Zucchini, Möhren, Lauch, Paprika, Käse dazu Obst (1,2,I,F1) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat (Weißkraut, Paprika, Gurke) Vinaigrette kcal F g K g E g
Di 23.01.	Putengeschnetzeltes mit Curryreis und Möhrchen dazu Apfelsmus (I,F1,3) kcal F g K g E g	Eierkuchen mit Apfelsmus (G,I,F1,3) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat (Weißkraut, Paprika, Gurke) Vinaigrette kcal F g K g E g
Mi 24.01.	Brühnudeln mit bunten Gemüse dazu Brot und Obst (I,F1,G,3) kcal F g K g E g	Kartoffeltaschen mit Frischkäse, Fingermöhren, Kräutersoße dazu Obst (1,2,I,G,F1) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat (Weißkraut, Paprika, Gurke) Vinaigrette kcal F g K g E g
Do 25.01.	Hähnchen-Gemüseragout mit Kartoffelpüree dazu Dessert (I,F1,3) kcal F g K g E g	Farfalle mit Champig., Möhren in Tomate/Basilikumsoße dazu Dessert (F1,I,G) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat (Weißkraut, Paprika, Gurke) Vinaigrette kcal F g K g E g
Fr 26.01.	Wurstgulasch mit Nudeln dazu Milch (I,F1,G,3,4,8,J,C) kcal F g K g E g	Kohlrabieintopf mit Kartoffelwürfel und Petersilie dazu Milch (C,I,F1) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat (Weißkraut, Paprika, Gurke) Vinaigrette kcal F g K g E g

KW 5	 Essen 1	 Essen 2	Essen 3 - nur für Schüler
Mo 29.01.	Spaghetti "Bolognese" (Hackfleischsoße) dazu Obst (8,I,F1) kcal F g K g E g	Gemüsefrikassee mit Reis dazu Obst (C,F1,I) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat Möhren, Mais, Tomate, Schinken) Vinaigrette (3,4,8) kcal F g K g E g
Di 30.01.	Bulette mit Mischgemüse und Salzkartoffeln dazu Dessert (8,I,F1, G) kcal F g K g E g	Grünebohneintopf mit frischen Kräutern dazu Dessert (C,I) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat Möhren, Mais, Tomate, Schinken) Vinaigrette (3,4,8) kcal F g K g E g
Mi 31.01.	Weizen-Gemüse-Topf mit Kräuter-Sahne-Soße dazu Rohkost (F1,I,B,E,G,3) kcal F g K g E g	Makkaroni mit Tomaten-Basilikumsoße dazu Rohkost (I,F1,G) kcal F g K g E g	Bunter gem. Salat Möhren, Mais, Tomate, Schinken) Vinaigrette (3,4,8) kcal F g K g E g
Do			
Fr			

Änderungen vorbehalten

Druck: az.layoutplus-gransee.de

Essen	I / (A)	II / (A)	III / (A)	Essen	I / (A)	II / (A)	III / (A)	Essen	I / (A)	II / (A)	III / (A)	<b>Löwen Menü</b> Wysocki & Sohn GmbH Bankverbindung: Deutsche Bank 24 IBAN: DE72 120700240630457000 BIC: DEUTDE33160	
Datum	Essen/Auswahl			Datum	Essen/Auswahl			Datum	Essen/Auswahl				
1. Woche	/	/	/	08.01.	/	/	/	15.01.	/	/	/	<b>Abgabe bis zum: 09.12.23</b>  <b>Schule / KG:</b> _____  <b>KD-Nr.:</b> _____  <b>Name:</b> _____  (A) = Auswahl - gilt vorerst nur für Kindergärten	
	02.01.	/	/	/	09.01.	/	/	/	16.01.	/	/		/
	03.01.	/	/	/	10.01.	/	/	/	17.01.	/	/		/
	04.01.	/	/	/	11.01.	/	/	/	18.01.	/	/		/
	05.01.	/	/	/	12.01.	/	/	/	19.01.	/	/		/
4. Woche	22.01.	/	/	/	5. Woche	29.01.	/	/	/				
	23.01.	/	/	/		30.01.	/	/	/				
	24.01.	/	/	/		31.01.	/	/	/				
	25.01.	/	/	/			/	/	/				
	26.01.	/	/	/			/	/	/				