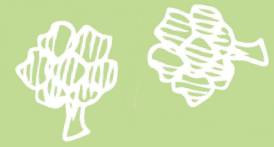


# Speisekomponenten für eine Verpflegung gemäß „DGE-Qualitätsstandard“



**apetito**

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

die Firma apetito AG freut sich sehr, zahlreiche Speisekomponenten anbieten zu können, die durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) mit dem Logo „**DGE ZERT-KONFORM**“ ausgezeichnet worden sind. Diese Komponenten sind an folgendem Logo zu erkennen:



Der Einsatz von Komponenten, die das Logo „**DGE ZERT-KONFORM**“ tragen, beinhaltet für Sie als Kunden nicht die Berechtigung, das Logo ebenfalls zu nutzen. Ebenfalls darf nicht der Eindruck entstehen, dass eine Zertifizierung durch die DGE erfolgt sei. Die Lizenz zur Nutzung des Logos „**DGE ZERT-KONFORM**“ liegt ausschließlich bei der apetito AG. Wenn Sie mit einer DGE-Zertifizierung werben möchten, muss Ihr gesamtes Speisenangebot im Rahmen eines Audits vor Ort von der DGE geprüft werden. Fachliche Basis für diese Prüfung sind die DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen.

## Hier ein Auszug der zu erfüllenden Kriterien für eine Vollverpflegung (7 Tage):

- mind. 2x täglich ein Vollkornprodukt im Angebot
- mind. 2x täglich ein Milchprodukt mit definierten Fettgehalt
- mind. 3x täglich Gemüse (frisch oder tiefgekühlt), Hülsenfrüchte oder Salat, davon mind. 1x täglich Rohkost sowie 2x pro Woche Hülsenfrüchte
- mind. 2x täglich Obst (frisch oder tiefgekühlt) sowie mind. 3x pro Woche Nüsse oder Ölsaaten
- mind. 2x pro Woche Fisch, davon mind. 1x fettreicher Fisch
- max. 2x pro Woche Kartoffelerzeugnisse (z.B. Kartoffelpüree (Flocken), Kartoffelklöße, Gnocchi usw.)
- max. 3x pro Woche Fleisch/Wurst in der Mittagsverpflegung, davon mind. 2x mageres Muskelfleisch
- Fleisch- und Wurstwaren als Belag: max. 20 % Fett
- max. 2x pro Woche frittierte und/oder panierte Produkte
- max. 1x pro Woche in der Mittagsverpflegung ein industriell hergestelltes Fleischersatzprodukt



# Speisekomponenten für eine Verpflegung gemäß „DGE-Qualitätsstandard“



Neben den hier genannten Kriterien aus dem Qualitätsbereich „Lebensmittel“ sind noch weitere Merkmale zu erfüllen; so z. B. aus den Bereichen „Lebenswelt, Speisenplanung und -herstellung, Hygiene und Qualitätssicherung“. Die vollständige Erfüllung aller geforderten Kriterien liegt in der Verantwortung der einzelnen Betriebe und wird verbindlich durch eine Auditierung durch die DGE geprüft.

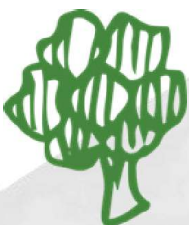
## Komponenten mit „DGE ZERT-KONFORM“ helfen bei der Zertifizierung

Die Komponenten mit dem Logo „DGE ZERT-KONFORM“ sind zum einen als Basis für eine gesundheitsfördernde Verpflegung geeignet und erleichtern zum anderen eine Zertifizierung durch die DGE, da diese Komponenten bereits zahlreiche Kriterien der Speisenzubereitung und -qualitäten erfüllen. Hier einige Beispiele:

- Obst, Gemüse (frisch oder TK) sowie Kräuter
- Verwendung von magerem Muskelfleisch
- Fisch aus nachhaltiger Fischerei
- fettarme und nährstoffschonende Zubereitung
- Zubereitung mit hochwertigem Raps- oder Olivenöl
- sparsamer Einsatz von Jodsalz und Zucker
- keine Kartoffelerzeugnisse
- keine panierten oder frittierten Produkte, keine industriell hergestellten Fleischersatzprodukte

Die korrekte Zusammenstellung der Speisen sowie die Ergänzung mit anderen Produkten (z. B. Rohkost, frisches Obst, Nüsse) gemäß des jeweiligen DGE-Qualitätsstandards obliegt allerdings Ihnen als Verpflegungsbetrieb.

Wenn Sie an weiteren Informationen zu diesem Lebensmittelangebot interessiert sind oder Fragen zu einer Speiseplanentwicklung auf Basis der „DGE ZERT-KONFORM“-Komponenten haben, steht Ihnen die apetito AG gerne zur Verfügung.



### Haben Sie Fragen?

Unsere **apetito Ernährungsberatung** erreichen Sie unter:  
[ernaehrung@apetito.de](mailto:ernaehrung@apetito.de) oder 05971/799 9468

**Wünschen Sie den direkten Kontakt zur DGE?** Bei Interesse an eine DGE-Zertifizierung erhalten Sie per Telefon (0228 3556 -651, -655) oder E-Mail ([zertifizierung@dge.de](mailto:zertifizierung@dge.de)) weitere Informationen.

**Multi Plus für Senioren - Komponentenübersicht "DGE ZERT-KONFORM"**  
**gültig ab 06. Januar 2025**

Rechtsverbindlich ist die Sortimentsliste Multi Plus für Senioren Art.-Nr. 61321 (Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen.)

Das Logo "DGE ZERT-KONFORM" kennzeichnet Komponenten, mit denen die Erstellung von Speiseplänen für eine gesundheitsfördernde Verpflegung nach den DGE-Qualitätsstandards erleichtert wird.

Die nachfolgenden Speisekomponenten wurden durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. mit dem Logo "DGE ZERT-KONFORM" ausgezeichnet.



| Bezeichnung                                   | Kategorie   | Beschreibung  |
|---|-------------|---|
| Aubergini                                     | Vegetarisch | Aubergini Auberginenaufauf mit fruchtigem Tomatensugo   |
| Maisgekrönte Süßkartoffel-Taler               | Vegetarisch | Maisgekrönte Süßkartoffel-Taler Süßkartoffel-Gemüse-Bratlinge mit Ananas und Kürbiskernen in cremiger Maissauce |
| Brokkolirösti                                 | Vegetarisch | Brokkolirösti   |
| Blumenkohl-Kartoffelrösti                     | Vegetarisch | Blumenkohl-Kartoffelrösti   |
| Bohnen-Bratling                               | Vegetarisch | Bohnen-Bratling auf Basis von Kidneybohnen  |
| Kartoffel-Quark-Ecke                          | Vegetarisch | Kartoffel-Quark-Ecke  |
| Bio Gemüse-Kartoffel-Rösti                    | Vegetarisch | Bio Gemüse-Kartoffel-Rösti  |
| Westfälisches Zwiebelfleisch                  | Fleisch     | Westfälisches Zwiebelfleisch vom Rind in köstlicher Cremesoße   |
| Zarter Rinderbraten                           | Fleisch     | Zarter Rinderbraten in klassischer, dunkler Bratensoße  |
| Rindergeschnetzeltes                          | Fleisch     | Rindergeschnetzeltes in Bratensoße  |
| Rindergulasch mit Karottenscheiben            | Fleisch     | Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsoße  |
| Rinderroulade "Hausfrauen Art"                | Fleisch     | Rinderroulade "Hausfrauen Art" in herzhafter Soße   |
| Geschmorter Rinderbraten                      | Fleisch     | Geschmorter Rinderbraten in feiner Soße mit Champignons   |
| Rindfleisch                                   | Fleisch     | Rindfleisch in Meerrettichsoße  |
| Klassisches Rindergulasch                     | Fleisch     | Klassisches Rindergulasch in würziger Soße  |
| Rindergeschnetzeltes                          | Fleisch     | Rindergeschnetzeltes in einer Pfefferrahmsoße   |
| Pikantes Rindergulasch                        | Fleisch     | Pikantes Rindergulasch  |
| Rheinischer Sauerbraten                       | Fleisch     | Rheinischer Sauerbraten in feiner Bratensoße mit Rosinen  |
| Rindergeschnetzeltes                          | Fleisch     | Rindergeschnetzeltes in Rahmsoße mit Champignons  |
| Schwäbischer Sauerbraten                      | Fleisch     | Schwäbischer Sauerbraten in Soße  |
| Kesselgulasch vom Rind                        | Fleisch     | Kesselgulasch vom Rind  |
| Schmorgulasch                                 | Fleisch     | Schmorgulasch nach "Pfefferpolthast Art"  |
| Rinderschmorbraten                            | Fleisch     | Rinderschmorbraten in herzhafter Bratensoße   |
| Rheinischer Sauerbraten                       | Fleisch     | Rheinischer Sauerbraten in klassischer Soße   |
| Boeuf "Stroganoff"                            | Fleisch     | Boeuf "Stroganoff"  |
| Zartes Kalbsfrikassee                         | Fleisch     | Zartes Kalbsfrikassee mit Spargel und Möhren in samtiger Soße   |
| Zarter Kalbsbraten á l'orange                 | Fleisch     | Zarter Kalbsbraten á l'orange in einer Thymian-Orangen-Soße   |
| Kalbsgeschnetzeltes "Grüezi"                  | Fleisch     | Kalbsgeschnetzeltes "Grüezi" in edler Pilzrahmsoße mit Champignons  |
| Zarte Medaillons vom Lammrücken               | Fleisch     | Zarte Medaillons vom Lammrücken in Thymian-Balsamico-Jus  |
| Filettöpfchen (Schweine- und Putenmedaillons) | Fleisch     | Filettöpfchen (Schweine- und Putenmedaillons) in Feinschmeckersoße  |
| Hähnchenfilets                                | Fleisch     | Hähnchenfilets in einer Tomaten-Balsamico-Soße  |
| Hähnchenrahmgulasch                           | Fleisch     | Hähnchenrahmgulasch in einer Geflügelsoße   |
| Hähnchenfilets "Gärtnerin Art"                | Fleisch     | Hähnchenfilets "Gärtnerin Art" in Rahmsoße  |

| Bezeichnung                        | Kategorie | Beschreibung  |
|------------------------------------|-----------|---|
| Hähnchenbrustfilet "naturell"      | Fleisch   | Hähnchenbrustfilet "naturell" auf Gemüse nach mediterraner Art  |
| Putengeschnetzeltes                | Fleisch   | Putengeschnetzeltes in Rahmsoße   |
| Feines Hühnerfrikassee             | Fleisch   | Feines Hühnerfrikassee in delikater Rahmsoße mit Spargel und Champignons  |
| Putengeschnetzeltes                | Fleisch   | Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Gemüse  |
| Putengulasch                       | Fleisch   | Putengulasch in klassischer Soße  |
| Putenbraten                        | Fleisch   | Putenbraten im Kräutermantel in vollmundiger Soße   |
| Hähnchenfiletstücke                | Fleisch   | Hähnchenfiletstücke in Ingwer-Orangensoße   |
| Zarte Putenmedaillons              | Fleisch   | Zarte Putenmedaillons in fruchtiger Tomaten-Salbeisoße mit gelben Cherrytomaten                                   |
| Hähnchenbrustfilet                 | Fleisch   | Hähnchenbrustfilet in Tomaten-Kräuter-Sugo  |
| Chickencurry                       | Fleisch   | Chickencurry in fruchtiger Currysoße  |
| Chop Suey mit Hähnchenfilets       | Fleisch   | Chop Suey mit Hähnchenfilets in Soße  |
| Hähnchenfilets "Fresh kick"        | Fleisch   | Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße  |
| Hähnchenfilets "Tandoori"          | Fleisch   | Hähnchenfilets "Tandoori" in pikanter Paprika-Joghurtsoße   |
| Brauhausgericht                    | Fleisch   | Brauhausgericht geschmortes Schweinefleisch in würziger Malzbiersoße  |
| Rahmschnitzel "Natur"              | Fleisch   | Rahmschnitzel "Natur" vom Schwein in köstlicher Rahmsoße  |
| Sauerrahmgulasch vom Schwein       | Fleisch   | Sauerrahmgulasch vom Schwein  |
| Rahmgeschnetzeltes vom Schwein     | Fleisch   | Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Majoran abgeschmeckt   |
| Schweinegulasch "Hausfrauen Art"   | Fleisch   | Schweinegulasch "Hausfrauen Art"  |
| Zarter Sonntagsbraten              | Fleisch   | Zarter Sonntagsbraten vom Schwein in einer köstlichen Bratensoße  |
| Deftiger Speißbraten               | Fleisch   | Deftiger Speißbraten vom Schwein in einer raffinierten Zwiebel-Senf-Soße  |
| Schnitzeltopf überbacken           | Fleisch   | Schnitzeltopf überbacken in Lauchcremesoße  |
| Zarte Schweinefilets "Béarnaise"   | Fleisch   | Zarte Schweinefilets "Béarnaise" in klassischer Estragon-Buttersoße   |
| Gyros Auflauf                      | Fleisch   | Gyros Auflauf   |
| Szegediner Gulasch                 | Fleisch   | Szegediner Gulasch vom Schwein  |
| Schweinesteak "Natur"              | Fleisch   | Schweinesteak "Natur"   |
| Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" | Fleisch   | Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"  |
| Alaska-Seelachsschnitte            | Fisch     | Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Zitronen-Kräuterrahmsoße                            |
| Lachsfiletstücke                   | Fisch     | Lachsfiletstücke (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Soße nach "Florentiner Art"                             |
| Fischpfanne "Neptun"               | Fisch     | Fischpfanne "Neptun" vom Alaska Seelachs, (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)                                      |
| Alaska-Seelachsschnitte            | Fisch     | Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in feiner Tomatensoße                                  |
| Kabeljau                           | Fisch     | Kabeljau (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dillcremesoße  |
| Alaska-Seelachsschnitte            | Fisch     | Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senf-Kräutersoße                                    |
| Lachsfiletstücke                   | Fisch     | Lachsfiletstücke (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Dillcremesoße   |
| Dorschfilets in Senfsoße           | Fisch     | Dorschfilets in Senfsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)   |
| Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne    | Fisch     | Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)  |
| Zarter Buntbarsch                  | Fisch     | Zarter Buntbarsch (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in vollmundiger Butter-Kräuter-Soße mit Kapern verfeinert |
| Alaska-Seelachs                    | Fisch     | Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmgemüse   |
| Schlemmerfilet "Toskana Art"       | Fisch     | Schlemmerfilet "Toskana Art" vom Alaska-Seelachs, (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) (aus Blöcken portioniert)    |
| Alaska-Seelachs "Mediterrane Art"  | Fisch     | Alaska-Seelachs "Mediterrane Art" (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) (aus Blöcken portioniert)                    |



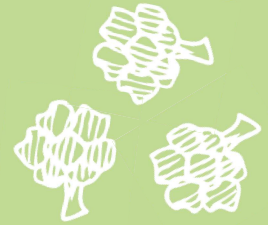
| Bezeichnung                            | Kategorie                    | Beschreibung  |
|--|------------------------------|---|
| Lachsfilet "Natur"                     | Fisch                        | Lachsfilet "Natur" (aus verantwortungsvoller Aquakultur)  |
| Seelachs Natur                         | Fisch                        | Seelachs Natur (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)   |
| Blumenkohlcremesuppe                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Blumenkohlcremesuppe  |
| Vegetarisches Chili                    | Vorsuppen & Komplettgerichte | Vegetarisches Chili   |
| Kleine vegetarische Maultaschen        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kleine vegetarische Maultaschen in Gemüsebrühe  |
| Vegetarische Kartoffelsuppe            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Vegetarische Kartoffelsuppe   |
| Reiseintopf "Mecklenburger Art"        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Reiseintopf "Mecklenburger Art" mit Huhnfleisch   |
| Bio Flädlesuppe                        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bio Flädlesuppe in Gemüsebouillon   |
| Süßkartoffeleintopf                    | Vorsuppen & Komplettgerichte | Süßkartoffeleintopf mit Kichererbsen  |
| Bio Sommergemüse-Eintopf               | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bio Sommergemüse-Eintopf  |
| Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf           | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bio Kartoffel-Möhren-Eintopf  |
| Vegetarische Linsensuppe               | Vorsuppen & Komplettgerichte | Vegetarische Linsensuppe  |
| Kartoffelgulaschtopf                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kartoffelgulaschtopf mit Rindfleisch  |
| Nudel-Suppentopf                       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Nudel-Suppentopf mit glutenfreien Nudeln aus Kichererbsen   |
| Grüne Bohnen-Eintopf                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch  |
| Bunter Nudel-Gemüse-Eintopf            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bunter Nudel-Gemüse-Eintopf mit Rindfleisch   |
| Weißer Bohnensuppe "vegetarisch"       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Weißer Bohnensuppe "vegetarisch"  |
| Erbensuppe "vegetarisch"               | Vorsuppen & Komplettgerichte | Erbensuppe "vegetarisch"  |
| Gyrossuppe                             | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gyrossuppe mit Hähnchengeschnetzeltem   |
| Minestrone "vegetarisch"               | Vorsuppen & Komplettgerichte | Minestrone "vegetarisch"  |
| Gemüsesuppe mit Muschelnudeln          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gemüsesuppe mit Muschelnudeln   |
| Festtags-Suppentopf                    | Vorsuppen & Komplettgerichte | Festtags-Suppentopf mit Huhnfleisch   |
| Bunter Spitzkohl-Gemüseintopf          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bunter Spitzkohl-Gemüseintopf   |
| Herzhafter Möhreintopf                 | Vorsuppen & Komplettgerichte | Herzhafter Möhreintopf mit Schweinefleisch  |
| Pichelsteiner Eintopf                  | Vorsuppen & Komplettgerichte | Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch   |
| Gelbe Gemüsesuppe                      | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gelbe Gemüsesuppe   |
| Gulaschsuppe "Hausmacher Art"          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gulaschsuppe "Hausmacher Art" mit Rindfleisch   |
| All in one Pot                         | Vorsuppen & Komplettgerichte | All in one Pot vegetarische Ofensuppe   |
| Schwäbische Maultaschen (g.g.A.)       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Schwäbische Maultaschen (g.g.A.) in Bouillon, gefüllt mit Kalbfleisch                               |
| Vegetarischer Pastinaken-Kürbiseintopf | Vorsuppen & Komplettgerichte | Vegetarischer Pastinaken-Kürbiseintopf ACHTUNG: Andere Blöckchenform                                |
| Gemüsenukel "heißgeliebt"              | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gemüsenukel "heißgeliebt" gefüllte Nudel mit Gemüse und Mozzarella-Kugeln                           |
| Pumpkin Pasta                          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Pumpkin Pasta Trivellinudeln in Butternut-Kürbissoße mit Rucola, Kürbiskernen und Quinoa verfeinert |
| Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße  |
| Tortellini in milder Käsesoße          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Tortellini in milder Käsesoße   |
| Makkaroni á la Romana                  | Vorsuppen & Komplettgerichte | Makkaroni á la Romana mit Hähncheninnerfilets   |
| Schneckenudeln in Käsesoße             | Vorsuppen & Komplettgerichte | Schneckenudeln in Käsesoße  |
| Mienudelpfanne "Asia-Style"            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Mienudelpfanne "Asia-Style" mit Gemüse und Ei, vegetarisch  |
| Rigatoni "Salvia"                      | Vorsuppen & Komplettgerichte | Rigatoni "Salvia"   |
| Bami Goreng mit Huhnfleisch            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bami Goreng mit Huhnfleisch   |

| Bezeichnung                                   | Kategorie                    | Beschreibung  |
|---|------------------------------|---|
| Tagliatelle Gamberetti                        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Tagliatelle Gamberetti in cremiger Paprikasoße mit Garnelen (aus verantwortungsvoller Aquakultur), getrockneten Tomaten, Zucchiniwürfeln und Cashewkernen |
| Vegetarische Nudel-Gemüse-Pfanne              | Vorsuppen & Komplettgerichte | Vegetarische Nudel-Gemüse-Pfanne  |
| Rigatoni "Spinaci"                            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Rigatoni "Spinaci" mit Kirschtomaten und Blattspinat in Gorgonzolasoße  |
| Tomatisierte Ravioli-Gemüsepfanne             | Vorsuppen & Komplettgerichte | Tomatisierte Ravioli-Gemüsepfanne   |
| Kartoffel-Steckrüben-Gratin                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kartoffel-Steckrüben-Gratin mit Apfelwürfeln und Vollkorncrumble  |
| Bio Kartoffel-Brokkoli-Auflauf                | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bio Kartoffel-Brokkoli-Auflauf  |
| Nudel-Auflauf                                 | Vorsuppen & Komplettgerichte | Nudel-Auflauf mit Thunfisch-Tomaten-Soße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)   |
| Kartoffel-Gemüse-Gratin                       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kartoffel-Gemüse-Gratin   |
| Herzhafter Michel                             | Vorsuppen & Komplettgerichte | Herzhafter Michel Brotauflauf mit Brokkoli, Tomate und Zwiebeln, mit Käse überbacken  |
| Tortelloni-Gratin "Tomate"                    | Vorsuppen & Komplettgerichte | Tortelloni-Gratin "Tomate"  |
| Nudel-Brokkoli-Auflauf                        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Nudel-Brokkoli-Auflauf mit Hähnchen   |
| Makkaroniauflauf "vegetarisch"                | Vorsuppen & Komplettgerichte | Makkaroniauflauf "vegetarisch"  |
| Nudel-Brokkoli-Auflauf                        | Vorsuppen & Komplettgerichte | Nudel-Brokkoli-Auflauf vegetarisch  |
| Spinat-Kartoffel-Gratin                       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Spinat-Kartoffel-Gratin   |
| Gnocchi ai funghi                             | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gnocchi ai funghi Kartoffelnudeln in Edelpilzsoße mit Champignons und Pfifferlingen, verfeinert mit Romanesco   |
| Kartoffelpfanne "vegetarisch"                 | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kartoffelpfanne "vegetarisch"   |
| Nasi Goreng mit Huhnfleisch                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Nasi Goreng mit Huhnfleisch   |
| Kartoffel-Spinat-Pfanne                       | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kartoffel-Spinat-Pfanne mit Kürbiswürfeln und Kürbiskernen  |
| Kritharaki-Gemüse-Pfanne "griechischer Art"   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Kritharaki-Gemüse-Pfanne "griechischer Art" Nudelreis mit Gemüse  |
| Bio Spätzle-Gemüse-Pfanne                     | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bio Spätzle-Gemüse-Pfanne   |
| Grillgemüse-Pfanne                            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Grillgemüse-Pfanne mit kleinen Kartoffeln und Weißkäse  |
| Volles Korn                                   | Vorsuppen & Komplettgerichte | Volles Korn Dinkel-Gemüse-Pfanne "Mediterrane Art"  |
| Gnocchi-Grillgemüse-Pfanne "Mediterraner Art" | Vorsuppen & Komplettgerichte | Gnocchi-Grillgemüse-Pfanne "Mediterraner Art"   |
| Couscous-Tajine                               | Vorsuppen & Komplettgerichte | Couscous-Tajine mit Riesencouscous und knackigem Gemüse   |
| Bohne <sup>3</sup>                            | Vorsuppen & Komplettgerichte | Bohne <sup>3</sup> Bohnen-Gnocchi-Pfanne mit dreierlei Bohnen   |
| Eieromelette "Natur"                          | Vorsuppen & Komplettgerichte | Eieromelette "Natur"  |
| Pfannkuchen "Natur"                           | Vorsuppen & Komplettgerichte | Pfannkuchen "Natur"   |
| Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße              | Gemüse                       | Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße  |
| Bio Blattspinat                               | Gemüse                       | Bio Blattspinat gehackt mit Sahne   |
| Erbsen  | Gemüse                       | Erbsen  |
| Gemüsecurry                                   | Gemüse                       | Gemüsecurry   |
| Apfelrotkohl                                  | Gemüse                       | Apfelrotkohl  |
| Zucchini-Tomatengemüse "Mediterrane Art"      | Gemüse                       | Zucchini-Tomatengemüse "Mediterrane Art"  |
| Gelbe Wachsbohnen                             | Gemüse                       | Gelbe Wachsbohnen mild mariniert  |
| Romanesco "naturell"                          | Gemüse                       | Romanesco "naturell"  |
| Marktgemüse "naturell"                        | Gemüse                       | Marktgemüse "naturell"  |
| Grillgemüse "Mediterraner Art"                | Gemüse                       | Grillgemüse "Mediterraner Art"  |
| Grüner Gemüsemix "naturell"                   | Gemüse                       | Grüner Gemüsemix "naturell"   |
| Blumenkohl "naturell"                         | Gemüse                       | Blumenkohl "naturell"   |

| Bezeichnung                            | Kategorie        | Beschreibung   |
|--|------------------|--|
| Grüne Bohnen "naturell"                | Gemüse           | Grüne Bohnen "naturell"  |
| Möhren "naturell"                      | Gemüse           | Möhren "naturell"  |
| Erbsen und Möhren "naturell"           | Gemüse           | Erbsen und Möhren "naturell"   |
| Rosenkohl "naturell"                   | Gemüse           | Rosenkohl "naturell"   |
| Gemüse "Leipziger Allerlei" "naturell" | Gemüse           | Gemüse "Leipziger Allerlei" "naturell"   |
| Blumenkohl-Brokkoli "naturell"         | Gemüse           | Blumenkohl-Brokkoli "naturell"   |
| Kaisergemüse "naturell"                | Gemüse           | Kaisergemüse "naturell"  |
| Fingermöhren "naturell"                | Gemüse           | Fingermöhren "naturell"  |
| Brokkoli "naturell"                    | Gemüse           | Brokkoli "naturell"  |
| Rote Bete                              | Gemüse           | Rote Bete  |
| Gegrillte Zucchini-scheiben            | Gemüse           | Gegrillte Zucchini-scheiben  |
| Bio Tomatensoße                        | Beilagen & Soßen | Bio Tomatensoße  |
| Bio helle Cremesoße                    | Beilagen & Soßen | Bio helle Cremesoße  |
| Bio Linsen-Bolognese                   | Beilagen & Soßen | Bio Linsen-Bolognese   |
| Helle Cremesoße                        | Beilagen & Soßen | Helle Cremesoße vegan  |
| Vegetarische Bolognese                 | Beilagen & Soßen | Vegetarische Bolognese   |
| Bio Sauerrahmssoße mit Kräutern        | Beilagen & Soßen | Bio Sauerrahmssoße mit Kräutern  |
| Bio Soße für Geflügel                  | Beilagen & Soßen | Bio Soße für Geflügel  |
| Tomatensoße "Napoli Art"               | Beilagen & Soßen | Tomatensoße "Napoli Art"   |
| Soße "Balkan Art"                      | Beilagen & Soßen | Soße "Balkan Art"  |
| Braune Rahmsoße                        | Beilagen & Soßen | Braune Rahmsoße  |
| Gemüsesoße                             | Beilagen & Soßen | Gemüsesoße aus Pastinake, Kürbis und Möhren  |
| Herzhafte Bratensoße                   | Beilagen & Soßen | Herzhafte Bratensoße   |
| Kartoffelgratin                        | Beilagen & Soßen | Kartoffelgratin  |
| Omas Kartoffelschmaus                  | Beilagen & Soßen | Omas Kartoffelschmaus Kartoffelwürfel in würziger Soße mit Gurkenstreifen und Dill |
| Stampfkartoffeln                       | Beilagen & Soßen | Stampfkartoffeln   |
| Petersilienkartoffeln                  | Beilagen & Soßen | Petersilienkartoffeln  |
| Kartoffeln mit Schale                  | Beilagen & Soßen | Kartoffeln mit Schale  |
| Salzkartoffeln                         | Beilagen & Soßen | Salzkartoffeln   |
| Halbe Backkartoffel                    | Beilagen & Soßen | Halbe Backkartoffel  |
| Bandnudeln mit Ei                      | Beilagen & Soßen | Bandnudeln mit Ei  |
| Spiralnudeln "glutenfrei"              | Beilagen & Soßen | Spiralnudeln "glutenfrei" Spiralnudeln aus Mais und Kichererbsen                   |
| Bio Spätzle                            | Beilagen & Soßen | Bio Spätzle  |
| Spiralnudeln mit Ei                    | Beilagen & Soßen | Spiralnudeln mit Ei  |
| Spiralnudeln                           | Beilagen & Soßen | Spiralnudeln   |
| Makkaroni                              | Beilagen & Soßen | Makkaroni  |
| Spätzle                                | Beilagen & Soßen | Spätzle  |
| Gabel-Spaghetti                        | Beilagen & Soßen | Gabel-Spaghetti  |
| Bunte Farfalle                         | Beilagen & Soßen | Bunte Farfalle   |

| Bezeichnung                 | Kategorie                  | Beschreibung                  |
|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| Bio Gabel-Spaghetti         | Beilagen & Soßen           | Bio Gabel-Spaghetti           |
| Hörnchen-Nudeln             | Beilagen & Soßen           | Hörnchen-Nudeln               |
| Bio Naturreis, Fairtrade    | Beilagen & Soßen           | Bio Naturreis, Fairtrade      |
| Tomatenvollkornreis         | Beilagen & Soßen           | Tomatenvollkornreis           |
| Basmatireis, Fairtrade      | Beilagen & Soßen           | Basmatireis, Fairtrade        |
| Wildreismischung mit Gemüse | Beilagen & Soßen           | Wildreismischung mit Gemüse   |
| Langkornreis                | Beilagen & Soßen           | Langkornreis                  |
| Bunter Gemüserais           | Beilagen & Soßen           | Bunter Gemüserais             |
| Naturreis                   | Beilagen & Soßen           | Naturreis                     |
| Risotto "Pomodoro"          | Beilagen & Soßen           | Risotto "Pomodoro"            |
| Djuvec-Reis                 | Beilagen & Soßen           | Djuvec-Reis Gemüse-Curry-Reis |
| Apfelmark                   | Süßspeisen, Desserts & Eis | Apfelmark                     |
| Milchreis                   | Süßspeisen, Desserts & Eis | Milchreis                     |
| Bio Apfel-Erdbeer-Kompott   | Süßspeisen, Desserts & Eis | Bio Apfel-Erdbeer-Kompott     |
| Kleine Germknödel "Natur"   | Süßspeisen, Desserts & Eis | Kleine Germknödel "Natur"     |
| Vollkombrötchen             | Pizzen & Backwaren         | Vollkombrötchen               |

# Weil geprüfte Qualität gut schmeckt!



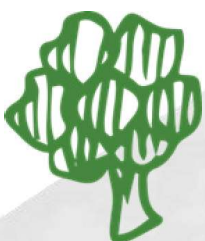
**apetito**

## Musterspeiseplan 6 Wochen für Senioreneinrichtungen



Der 6-wöchige Musterspeiseplan orientiert sich an den Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“ (1. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck 2023).

Die Basis des Musterspeiseplans bilden unsere Speisekomponenten, die durch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) mit dem Logo „**DGE ZERT-KONFORM**“ ausgezeichnet worden sind.



**Haben Sie Fragen?**

Unsere **apetito Ernährungsberatung** erreichen Sie unter:  
[ernaehrung@apetito.de](mailto:ernaehrung@apetito.de) oder 05971/799 9468

**Wünschen Sie den direkten Kontakt zur DGE?** Bei Interesse an eine DGE-Zertifizierung erhalten Sie per Telefon (0228 3556 -651, -655) oder E-Mail ([zertifizierung@dge.de](mailto:zertifizierung@dge.de)) weitere Informationen.

## Vollkost

### Montag



Nudel-Brokkoli-Auflauf "vegetarisch" überbacken mit Emmentalerkäse  
 Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*  
 Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Dienstag



Putenbraten in einem Kräutermantel in vollmundiger Soße  
 Grüne Bohnen "naturell"  
 Salzkartoffel

### Mittwoch



Couscous-Tajine mit Riesencouscous Blumenkohl Möhren und grünen Bohnen  
 Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
 Apfelmus \*

### Donnerstag



Rigatoni "Salvia" Feine Rigatoni in einer fruchtigen Tomatensoße mit mediterranem Gemüse und Salbei köstlich abgeschmeckt  
 Salat der Saison mit Joghurdressing \*

### Freitag



Alaska-Seelachs aus nachhaltiger Fischwirtschaft mit einer Marinade "Mediterrane Art"  
 Zucchini-Tomatengemüse "Mediterrane Art"  
 Stampfkartoffeln

### Samstag



Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch Vollkornbrötchen  
 Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Sonntag



Zarter Sonntagsbraten vom Schwein in einer köstlichen Bratensoße  
 Rosenkohl  
 Salzkartoffel  
 Obst der Saison \*

## Ovo-lakto-vegetarisch

### Montag



"Aubergini" gegrillte Auberginenscheiben in fruchtigem Tomatensugo mit Käse-Kräuter-Topping  
 Langkornreis  
 Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing und Sonnenblumenkernen \*  
 Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Dienstag



Vegetarischer Rösti mit Erbsen und Möhren (BIO)  
 Erbsen  
 Stampfkartoffeln  
 Kräuterquark (20%) \*

### Mittwoch



Ravioli mit Linsen und Kichererbsen gefüllt tomatisiert mit Zucchini gelben Paprikastücken und Cherrytomaten  
 Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
 Apfelmus \*

### Donnerstag



Grillgemüse-Pfanne Grillgemüse aus Tomaten Paprika Auberginen mit kleinen Kartoffeln in der Schale und mildem Weißkäse  
 Salat der Saison mit Joghurdressing \*

### Freitag



Gemüsecurry aus Blumenkohl Brokkoli Möhren Paprika Zuckerschoten und Zwiebeln  
 Langkornreis

### Samstag



Vegetarischer Pastinaken-Kürbiseintopf Vollkornbrötchen  
 Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Sonntag



Veggie-Geschnetzeltes à la Italia auf Weizen- und Kichererbsenbasis in Tomatencremesoße mit Brokkoli und Pariser Karotten  
 Blumenkohl "naturell"  
 Spätzle  
 Obst der Saison \*



## Vollkost

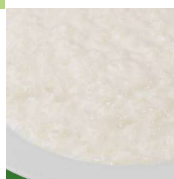
## Ovo-lakto-vegetarisch

### Montag



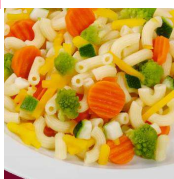
Geflügelfrikadelle  
Braune Rahmsoße  
Grüner Gemüsemix "naturell" aus Romanesco Brokkoli und Erbsen  
Salzkartoffel

### Montag



Milchreis  
Zimt und Zucker \*  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*

### Dienstag



Nudel-Gemüse-Pfanne mit Möhren Zucchini und Romanesco  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Dienstag



Spinat-Kartoffel-Gratin  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Mittwoch



Süßkartoffel-Bratlinge in cremiger Maissoße  
Halbe Backkartoffel  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*

### Mittwoch



Tortelloni mit einer Tomaten- Mozzarella-Füllung in einer Tomatensoße  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*

### Donnerstag



Hähnchenfilets in Tomaten-Balsamico-Soße  
Spiralnudeln  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*  
Apfelmus \*

### Donnerstag



Spätzle-Gemüse-Pfanne mit Paprika Möhren Mais (BIO)  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing und Sonnenblumenkernen \*

### Freitag



Lachs aus verantwortungsvoller Aquakultur in Soße mit Blattspinat nach "Florentiner Art"  
Fingermöhren "naturell"  
Langkornreis  
Obst der Saison \*

### Freitag



Eieromelette "Natur"  
Blattspinat gehackt mit Sahne (BIO)  
Petersilienkartoffeln  
Obst der Saison \*

### Samstag



Vegetarische Linsensuppe  
Vollkornbrötchen  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Samstag



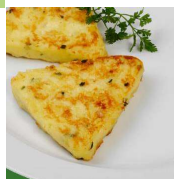
Weißer Bohnensuppe "vegetarisch"  
Vollkornbrötchen  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

### Sonntag



Deftiger Spießbraten vom Schwein in einer Zwiebel-Senf-Soße  
Marktgemüse "naturell" aus gelben Möhren Kohlrabi Pastinake Steckrübe Staudensellerie  
Petersilienkartoffeln

### Sonntag



Kartoffel-Quark-Ecke  
Gemüse-Soße aus Pastinake Kürbis und Möhren  
Grüne Bohnen "naturell"  
Langkornreis

| Vollkost   | Ovo-lakto-vegetarisch  |
|--|--|
| <p><b>Montag</b></p>   <p>"Volles Korn" Dinkel-Gemüse-Pfanne "Mediterrane Art" mit Zucchini Aubergine und Porree<br/>                     Salat der Saison mit Joghurtdressing *<br/>                     Speisequark mit Früchten der Saison (Magerstufe) *</p>                        | <p><b>Montag</b></p>   <p>Tortellini in milder Käsesoße<br/>                     Salat der Saison mit Joghurtdressing *<br/>                     Speisequark mit Früchten der Saison (Magerstufe) *</p>   |
| <p><b>Dienstag</b></p>   <p>Geflügelbällchen in Rahmsoße<br/>                     Apfelrotkohl<br/>                     Stampfkartoffeln</p>  | <p><b>Dienstag</b></p>   <p>Vegetarischer Rösti (Brokkoli)<br/>                     Sauerrahmsoße mit Kräutern (BIO)<br/>                     Erbsen<br/>                     Salzkartoffel</p>   |
| <p><b>Mittwoch</b></p>   <p>Pumpkin Pasta Trivellinudeln in Butternut-Kürbisssoße mit Rucola Kürbiskernen und Quinoa verfeinert<br/>                     Salat der Saison mit Joghurtdressing *</p>   | <p><b>Mittwoch</b></p>   <p>Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Brokkoli Porree und Karotten in Käsesoße<br/>                     Salat der Saison mit Joghurtdressing *</p>  |
| <p><b>Donnerstag</b></p>   <p>Klassisches Rindergulasch in würziger Soße<br/>                     Fingermöhren "naturell"<br/>                     Spätzle<br/>                     Obst der Saison *</p>   | <p><b>Donnerstag</b></p>   <p>Bohnen-Bratling auf Basis von Kidneybohnen<br/>                     Soße "Balkan Art" mit Paprika und Gurkenstückchen<br/>                     Langkornreis<br/>                     Obst der Saison *</p>    |
| <p><b>Freitag</b></p>   <p>Curry-Fisch-Pfanne aus nachhaltiger Fischwirtschaft mit Möhren Zucchini Blumenkohl und Kokosmilch<br/>                     Langkornreis<br/>                     Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *<br/>                     Obst der Saison *</p> | <p><b>Freitag</b></p>   <p>Makkaroniauflauf "vegetarisch" mit Erbsen in Tomatensoße<br/>                     Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *<br/>                     Obst der Saison *</p>  |
| <p><b>Samstag</b></p>   <p>Erbsensuppe "vegetarisch"<br/>                     Vollkornbrötchen<br/>                     Naturjoghurt mit Früchten der Saison *</p>  | <p><b>Samstag</b></p>   <p>Kartoffel-Möhren-Eintopf (BIO)<br/>                     Vollkornbrötchen<br/>                     Naturjoghurt mit Früchten der Saison und Leinsamen *</p>   |
| <p><b>Sonntag</b></p>   <p>Rahmschnitzel "Natur" vom Schwein in köstlicher Rahmsoße<br/>                     Grüne Bohnen "naturell"<br/>                     Salzkartoffel</p>   | <p><b>Sonntag</b></p>   <p>Veggie-Gulasch "new classic" auf Soja- und Weizenbasis in cremiger Soße mit Champignons und Silberzwiebeln<br/>                     Gelbe Wachsbohnen mild mariniert<br/>                     Kartoffelklöße</p> |

| Vollkost  | Ovo-lakto-vegetarisch  |
|---|--|
| <p><b>Montag</b></p>  <p>Linsen-Bolognese mit Möhre und Zucchini (BIO)<br/>                     Bandnudeln mit Ei<br/>                     Salat der Saison mit Joghurdressing *<br/>                     Naturjoghurt mit Früchten der Saison *</p>                            | <p><b>Montag</b></p>  <p>Kritharaki-Gemüse-Pfanne "griechischer Art"<br/>                     Nudelreis mit Cherytomaten getrockneten Tomaten Zucchini<br/>                     Oliven Zwiebeln und Weichkäse griechisch abgeschmeckt<br/>                     Salat der Saison mit Joghurdressing *<br/>                     Naturjoghurt mit Früchten der Saison *</p> |
| <p><b>Dienstag</b></p>  <p>Hähnchenrahmgulasch in einer Geflügelsoße<br/>                     Langkornreis<br/>                     Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *<br/>                     Obst der Saison *</p>   | <p><b>Dienstag</b></p>  <p>Kartoffel-Brokkoli-Auflauf (BIO)<br/>                     Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *<br/>                     Obst der Saison *</p>   |
| <p><b>Mittwoch</b></p>  <p>Vegetarischer Rösti (Blumenkohl)<br/>                     Finger Möhren "naturell"<br/>                     Kartoffeln mit Schale<br/>                     Kräuterquark (20%) *</p>   | <p><b>Mittwoch</b></p>  <p>Sommergemüse-Eintopf mit Möhren Kartoffeln<br/>                     Sellerie Erbsen und Brokkoli (BIO)<br/>                     Vollkornbrötchen</p>   |
| <p><b>Donnerstag</b></p>  <p>Rheinischer Sauerbraten in feiner Bratensoße<br/>                     mit Rosinen<br/>                     Stampfkartoffeln<br/>                     Salat der Saison mit Joghurdressing *</p>   | <p><b>Donnerstag</b></p>  <p>Tomatensoße "Napoli Art"<br/>                     Makkaroni<br/>                     Streukäse *<br/>                     Salat der Saison mit Joghurdressing und Sonnenblumenkernen *</p>  |
| <p><b>Freitag</b></p>  <p>Lachsfiletstücke aus verantwortungsvoller<br/>                     Aquakultur in Dillcremesoße<br/>                     Erbsen und Möhren "naturell"<br/>                     Salzkartoffel</p>   | <p><b>Freitag</b></p>  <p>Blumenkohlcremesuppe<br/>                     Germknödel "Natur"<br/>                     Apfel-Erdbeer-Kompott (BIO)<br/>                     Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *</p>  |
| <p><b>Samstag</b></p>  <p>Gemüsesuppe mit Muschelnudeln Karotten<br/>                     Blumenkohl Brokkoli und Erbsen<br/>                     Vollkornbrötchen<br/>                     Speisequark mit Früchten der Saison (Mager-<br/>                     stufe) *</p> | <p><b>Samstag</b></p>  <p>Flädlesuppe in Gemüsebouillon mit Erbsen<br/>                     Möhrenwürfel und Porree (BIO)<br/>                     Vollkornbrötchen<br/>                     Speisequark mit Früchten der Saison (Mager-<br/>                     stufe) *</p>   |
| <p><b>Sonntag</b></p>  <p>Rindergulasch mit Karottenscheiben in<br/>                     Rahmsoße<br/>                     Gelbe Wachsbohnen mild mariniert<br/>                     Langkornreis<br/>                     Obst der Saison *</p>                              | <p><b>Sonntag</b></p>  <p>Veggie-Frikassee "Frühlings Art" Geschnetzeltes auf<br/>                     Erbsen- und Weizenbasis in heller Gemüsesoße mit Erbsen<br/>                     Möhren und Champignons<br/>                     Erbsen<br/>                     Hörnchen-Nudeln<br/>                     Obst der Saison *</p>                                 |



| Vollkost   | Ovo-lakto-vegetarisch   |
|--|---|
| <p><b>Montag</b></p>  <p>Putengeschnetzeltes in Rahmsoße<br/>Langkornreis<br/>Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *<br/>🐣</p>   | <p><b>Montag</b></p>  <p>Vegetarische Bolognese aus Weizenprotein<br/>Makkaroni<br/>Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *</p>  |
| <p><b>Dienstag</b></p>  <p>Rigatoni "Spinaci" mit Kirschtomaten und Blattspinat in Gorgonzolasoße<br/>Salat der Saison mit Joghurdressing *<br/>Naturjoghurt mit Früchten der Saison *</p>                               | <p><b>Dienstag</b></p>  <p>Kartoffel-Spinat-Pfanne mit Kürbiswürfeln und Kürbiskernen<br/>Salat der Saison mit Joghurdressing *<br/>Naturjoghurt mit Früchten der Saison *</p>                  |
| <p><b>Mittwoch</b></p>  <p>Rührei<br/>Blattspinat gehackt mit Sahne (BIO)<br/>Stampfkartoffeln<br/>Obst der Saison *</p>  | <p><b>Mittwoch</b></p>  <p>Minestrone "vegetarisch" mit Muschelnudeln<br/>Tomaten Zucchini und weißen Bohnen<br/>Vollkornbrötchen<br/>Obst der Saison *</p>                                    |
| <p><b>Donnerstag</b></p>  <p>Makkaroni à la Romana mit Hähncheninnenfilets in Tomatensoße<br/>Salat der Saison mit Joghurdressing *<br/>🐣</p>  | <p><b>Donnerstag</b></p>  <p>Linsenkugeln aus Kartoffeln und braunen Linsen<br/>Tomatenvollkornreis<br/>Kräuterquark (20%) *<br/>Salat der Saison mit Joghurdressing *</p>                    |
| <p><b>Freitag</b></p>  <p>Alaska-Seelachsschnitte aus nachhaltiger Fischwirtschaft in feiner Zitronen-Kräuter-rahmsoße<br/>Möhren "naturell"<br/>Langkornreis<br/>🐟</p>  | <p><b>Freitag</b></p>  <p>Herzhafter Michel Brotauflauf mit Brokkoli Tomate und Zwiebeln mit Käse überbacken<br/>Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *</p>                                 |
| <p><b>Samstag</b></p>  <p>Bunter Spitzkohl-Gemüseintopf "vegetarisch" mit Erbsen Blumenkohl gelben und roten Möhrenscheiben Kartoffeln<br/>Vollkornbrötchen<br/>Speisequark mit Früchten der Saison (Magerstufe) *</p> | <p><b>Samstag</b></p>  <p>Gelbe Gemüsesuppe aus Möhren Porree Pastinaken und Mango<br/>Vollkornbrötchen<br/>Speisequark mit Früchten der Saison und Leinsamen (Magerstufe) *</p>              |
| <p><b>Sonntag</b></p>  <p>Rindergeschchnetzeltes in Bratensoße<br/>Erbsen<br/>Petersilienkartoffeln<br/>Obst der Saison *<br/>🐮</p>  | <p><b>Sonntag</b></p>  <p>Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße<br/>Grüne Bohnen "naturell"<br/>Langkornreis<br/>Obst der Saison *</p> |

## Vollkost

### Montag



Gemüsenudel "heißgeliebt" gefüllte Nudel mit Gemüse-Bolognese und Mozzarella-Kugeln  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*

### Dienstag



Vegetarischer Rösti (Brokkoli)  
Grüne Bohnen "naturell"  
Kartoffeln mit Schale  
Kräuterquark (20%) \*

### Mittwoch



Klassisches Putengulasch in brauner Soße  
Langkornreis  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
Obst der Saison \*

### Donnerstag



Penne in Käsesoße (BIO)  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing und Sonnenblumenkernen \*  
Obst der Saison \*

### Freitag



Lachsfilet "Natur" aus verantwortungsvoller Aquakultur  
Helle Cremesoße (BIO)  
Brokkoli "naturell"  
Stampfkartoffeln

### Samstag



Bunter Nudel-Gemüse-Eintopf mit Rindfleisch  
Brokkoliröschen Möhren- und Selleriewürfeln  
Vollkornbrötchen

### Sonntag



Rinderschmorbraten in herzhafter Bratensoße  
Apfelrotkohl  
Petersilienkartoffeln  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

## Ovo-lakto-vegetarisch

### Montag



Vegetarischer Rösti (Blumenkohl)  
Gemüsesoße aus Pastinake Kürbis und Möhren  
Stampfkartoffeln  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*

### Dienstag



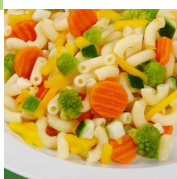
Gemüsenuggets aus Brokkoli Sellerie Mais und Möhren paniert  
Erbsen  
Tomatenvollkornreis  
Kräuterquark (20%) \*

### Mittwoch



Schneckenudeln in Käsesoße  
Salat der Saison mit Joghurdressing \*  
Obst der Saison \*

### Donnerstag



Nudel-Gemüse-Pfanne mit Möhrenstreifen  
Zucchiniwürfeln und Romanesco  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing und Sonnenblumenkernen \*  
Obst der Saison \*

### Freitag



Pfannkuchen "Natur"  
Kohlrabi-Karotten-Gemüse  
Stampfkartoffeln

### Samstag



Süßkartoffeleintopf mit Kichererbsen und Spinat  
Vollkornbrötchen

### Sonntag



Bohne<sup>3</sup> Bohnen-Gnocchi-Pfanne mit gelben grünen Brechbohnen und Kidneybohnen in cremiger gelber Paprikasoße  
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing \*  
Naturjoghurt mit Früchten der Saison \*

## Legende

 vegetarisch

 vegan

 mit Zutaten vom Geflügel

 mit Zutaten vom Rind

 mit Zutaten vom Schwein

 mit Zutaten vom Fisch