

Arbeiterwohlfahrt
AWO Senioren- und Sozialzentrum gemeinnützige GmbH Sachsen- West Leipzig
AWO- Werkstätten Sachsen- West
Werkstatt Leipzig
Speisenplan für die 09. bis 16. Kalenderwoche
Zeitraum vom 26.02.- 19.04.2024
Kindergarten "Hummelburg"



Guten Appetit wünscht das Küchenteam!



Speisenplan 09. und 10. Woche vom 26.02.- 08.03.2024 Kindergarten/- Krippe



09.KW	Mittag	kcal	10.KW	Mittag	kcal
Montag 26.02.24	vegetarischer Kohlrabi- Kartoffeltopf mit Eierstich ^{A1,C,G} , Brötchen ^{A1,A3} und Bananenjoghurt ^G	396	Montag 04.03.24	veganer Möhreintopf ^{A1} , dazu Roggenschrotbrötchen ^{A1,A2,A3,A4} und Karamellpudding ^G	423
Dienstag 27.02.24	milde Karotten- Ingwercremesuppe ^{A1,C,G} , Eierpfannkuchen ^{A1,C,G} mit Apfelmus ⁵ und Zucker	494	Dienstag 05.03.24	Tomatencremesuppe mit Kokosmilch ^{A1} , Quarkkeulchen ^{A1,C,G} , Zucker und Apfelmus ⁵	592
Mittwoch 28.02.24	vegane Pilzrahmpfanne ^{A1} mit Vollkornmakkaroni ^{A1,A2} und frisches Obst	438	Mittwoch 06.03.24	Gemüseschnitzel ^{A1,C,F,G} mit Kräutersoße ^{A1,G} und Kartoffelpüree ^G , dazu Frischobst	476
Donnerstag 29.02.24	gebackenes Fischfilet ^{A1,D} mit Zitronen- Buttersoße ^{A1,G} , dazu Reis und Möhrensalat	525	Donnerstag 07.03.24	buntes Gemüseragout ^{A1,G} mit Reis und Rotkohlsalat	495
Freitag 01.03.24	Eierragout mit buntem Gemüse ^{A1,C,G} , dazu Kartoffeln und Erdbeer- Apfelmus ⁵	485	Freitag 08.03.24	vegetarische Käsesoße ^{A1,G} mit Gabelspaghetti ^{A1} , dazu Fruchtcocktail ¹	541

1- Farbstoff, 2- Konservierungsstoff 3- Süßungsmittel, 3a- enthält Phenylalaninquelle, 4-Geschmacksverstärker, 5- Antioxidationsmittel, 5a- geschwefelt, 6- Phosphat
A- Gluten haltiges Getreide-(A1- Weizen, A2- Roggen, A3-Gerste, A4- Hafer, A5- Dinkel), B- Krebstiere, C- Eier, D- Fisch, E- Erdnüsse, F- Soja,
G- Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose), H- Schalenfrüchte (H1- Mandel, H2- Haselnuss, H3- Walnuss, H4- Cashew, H5- Pecannuss, H6- Paranuss,
H7- Pistazie, H8- Macadamianuss, H9- Queenslandnuss), I- Sellerie, J- Senf, K- Sesamsamen, L- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr
als 10 mg/kg oder 10mg/l, M- Lupinen, W- Weichtiere.

Mit * gekennzeichnet- (kann Spuren des Zusatzstoffes oder des Allergen enthalten)

Wochendurchschnitt Kcal pro Tag

468

505

Speiseplan 11. und 12. Woche vom 11.03.- 22.03.2024 Kindergarten/- Krippe





11.KW	Mittag	kcal	12.KW	Mittag	kcal
Montag 11.03.24	Kartoffelsuppe mit Wiener Würstchen ^{2,5,J*} , dazu eine Scheibe Mischbrot ^{A1,A2} und Fruchtojoghurt ^G	567	Montag 18.03.24	Muschelnudelsuppe ^{A1,C,I} mit Hähnchenfleisch, dazu Mischbrot ^{A1,A2} und Fruchtquarkspeise ^G	433
Dienstag 12.03.24	Gurkencremesuppe mit Dill ^{A1,G} , Buchtel ^{A1,C,G} (Softbrötchen) mit Vanillesoße ^{1,G}	483	Dienstag 19.03.24	Gemüse-Cremesuppe ^{A1,G} , Hefeklöße ^{A1,C,G} mit heißen Pflaumen	432
Mittwoch 13.03.24	Blumenkohl mit holländischer Soße ^{A1,C,G} , dazu Kartoffeln und Pfirsichkompott	396	Mittwoch 20.03.24	Kräuterquark ^G mit Butter ^G und Kartoffeln, dazu Weißkraut- Möhrensalat	450
Donnerstag 14.03.24	Backfisch ^{A1,C,D,J} mit Petersiliensoße ^{A1,G} und Kartoffelbrei ^G , dazu Gurkensalat	487	Donnerstag 21.03.24	paniertes Fischfilet ^{A1,D} mit Dillsoße ^{A1,G} , dazu Kartoffelpüree ^G und bunte Salatmischung mit Dressing "Sylter Art" ^{keine Allergene}	565
Freitag 15.03.24	Jagdwurstwürfel ^J in Tomatensoße ^{A1} , Makkaronisticks ^{A1} , Reibekäse ^G und frisches Obst	512	Freitag 22.03.24	Tomatensoße "Napoli" ^{A1} mit Gabelspaghetti ^{A1} , Reibekäse ^G und Obst	396

1- Farbstoff, 2- Konservierungsstoff 3- Süßungsmittel, 3a- enthält Phenylalaninquelle, 4-Geschmacksverstärker, 5- Antioxidationsmittel, 5a- geschwefelt, 6- Phosphat
A- Gluten haltiges Getreide-(A1- Weizen, A2- Roggen, A3-Gerste, A4- Hafer, A5- Dinkel), B- Krebstiere, C- Eier, D- Fisch, E- Erdnüsse, F- Soja,
G- Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose), H- Schalenfrüchte (H1- Mandel, H2- Haselnuss, H3- Walnuss, H4- Cashew, H5- Pecannuss, H6- Paranuss,
H7- Pistazie, H8- Macadamianuss, H9- Queenslandnuss), I- Sellerie, J- Senf, K- Sesamsamen, L- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr
als 10 mg/kg oder 10mg/l, M- Lupinen, W- Weichtiere.

Mit * gekennzeichnet-(kann Spuren des Zusatzstoffes oder des Allergen enthalten)

Wochendurchschnitt Kcal pro Tag

489

455

Speisenplan 13. und 14. Woche vom 25.03.- 05.04.2024 Kindergarten/- Krippe



13.KW	Mittag	kcal	14.KW	Mittag	kcal
Montag 25.03.24	veganer Reiseintopf ^l , dazu eine Scheibe Mehrkornbrot ^{A1,A2,A3,A4,A5} und rote Grießgrütze ^{A1} mit Vanillesoße ^{1,G}	434	Montag 01.04.24	Ostermontag	
Dienstag 26.03.24	Milchreis ^G mit Apfelmus ⁵ und Zucker und Zimt	609	Dienstag 02.04.24	Vanillegrießbrei ^{A1,G} mit heißem Erdbeerpüree ¹ , dazu Zucker und Zimt	516
Mittwoch 27.03.24	gekochtes Ei ^C mit Senfsoße ^{A1,G,J} und Kartoffeln, dazu Möhrensalat	425	Mittwoch 03.04.24	Hähnchenkeule mit Geflügelsoße ^{A1} , dazu Erbsen und Kartoffeln	595
Donnerstag 28.03.24	Fischstäbchen ^{A1,D} mit bunter Ratatouillesoße ^{A1} und Kartoffelbrei ^G , dazu Gurkensalat	487	Donnerstag 04.04.24	Rührei ^C mit Spinat ^{A1} und Kartoffeln	417
Freitag 29.03.24	Karfreitag		Freitag 05.04.24	Kochschinkenstreifen ^{2,5,6} in Sahnesoße ^{A1,G} mit Makkaronisticks ^{A1} und Gartenmixsalat mit Dressing ^{allergenfrei}	571

1- Farbstoff, 2- Konservierungsstoff 3- Süßungsmittel, 3a- enthält Phenylalaninquelle, 4-Geschmacksverstärker, 5- Antioxidationsmittel, 5a- geschwefelt, 6- Phosphat
A- Gluten haltiges Getreide-(A1- Weizen, A2- Roggen, A3-Gerste, A4- Hafer, A5- Dinkel), B- Krebstiere, C- Eier, D- Fisch, E- Erdnüsse, F- Soja,
G- Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose), H- Schalenfrüchte (H1- Mandel, H2- Haselnuss, H3- Walnuss, H4- Cashew, H5- Pecannuss, H6- Paranuss,
H7- Pistazie, H8- Macadamianuss, H9- Queenslandnuss), I- Sellerie, J- Senf, K- Sesamsamen, L- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr
als 10 mg/kg oder 10mg/l, M- Lupinen, W- Weichtiere.

Mit * gekennzeichnet- (kann Spuren des Zusatzstoffes oder des Allergen enthalten)

Wochendurchschnitt Kcal pro Tag

489

525

Speisenplan 15. und 16. Woche vom 08.04.- 19.04.2024 Kindergarten/- Krippe



15.KW	Mittag	kcal	16.KW	Mittag	kcal
-------	--------	------	-------	--------	------

Montag 08.04.24	Käse- Lauchsuppe ^{A1,G} mit Hackfleischbällchen ^{A1,C} und Kartoffelwürfeln, dazu Brötchen ^{A1,A2} und Grießpudding ^G	507	Montag 15.04.24	Karotteneintopf mit Hühnerfleisch ^{A1} , dazu eine Scheibe Mischbrot ^{A1,A2} und Erdbeer- Rhabarberjoghurt ^G	469
Dienstag 09.04.24	Karottencremesuppe ^{A1,C,G} , Kaiserschmarren ^{A1,C,G} und warme Vanillesoße ^{1,G}	515	Dienstag 16.04.24	milde Curry- Gemüsecremesuppe ^{A1} mit Kokosmilch, Kartoffelpuffer mit Apfelmus ⁵ und Zucker	400
Mittwoch 10.04.24	panierte Jagdwurstscheibe ^{2,A1} mit Tomatensoße ^{A1} , Spirellis ^{A1} und frisches Obst	551	Mittwoch 17.04.24	Hähnchenschnitzel ^{A1} mit Geflügelsoße ^{A1} , Blumenkohl ^{A1,C,G} und Kartoffeln	476
Donnerstag 11.04.24	Fischboulette ^{A1,D,G} mit Schnittlauchsoße ^{A1,G} und Kartoffeln, dazu Tomaten- Gurkensalat	445	Donnerstag 18.04.24	gedünstetes Seehechtfilet ^D mit Spinatsoße ^{A1,G} , Kartoffeln und Gurkensalat	427
Freitag 12.04.24	Nudelauflauf ^{A1,G} mit Blattspinat, dazu Tomaten- Sahnesoße ^{A1,G} und frisches Obst	558	Freitag 19.04.24	Schweinegulasch ^{A1} mit Makkaroni ^{A1} , dazu Rotkohl- Apfelsalat	522

1- Farbstoff, 2- Konservierungsstoff 3- Süßungsmittel, 3a- enthält Phenylalaninquelle, 4-Geschmacksverstärker, 5- Antioxidationsmittel, 5a- geschwefelt, 6- Phosphat
A- Gluten haltiges Getreide-(A1- Weizen, A2- Roggen, A3-Gerste, A4- Hafer, A5- Dinkel), B- Krebstiere, C- Eier, D- Fisch, E- Erdnüsse, F- Soja,
G- Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose), H- Schalenfrüchte (H1- Mandel, H2- Haselnuss, H3- Walnuss, H4- Cashew, H5- Pecannuss, H6- Paranuss,
H7- Pistazie, H8- Macadamianuss, H9- Queenslandnuss), I- Sellerie, J- Senf, K- Sesamsamen, L- Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr
als 10 mg/kg oder 10mg/l, M- Lupinen, W- Weichtiere.

Mit * gekennzeichnet- (kann Spuren des Zusatzstoffes oder des Allergen enthalten)

Wochendurchschnitt Kcal pro Tag

515

459

Organisatorisches

Durchschnittlicher Kalorienbedarf pro Tag

Bitte alle notwendigen Änderungen in die Bestellung eintragen.

Kinder 1 - 4 Jahre 1300 Kcal Tagesbedarf (89 kcal je kg Körpergewicht)

Kinder 4 - 7 Jahre 1800 Kcal Tagesbedarf (80 kcal je kg Körpergewicht)

Essenbestellung bitte täglich bis 18.00 Uhr für den folgenden Tag.

Änderungen vorbehalten!



Leiter AWO- Werkstatt Leipzig

Küchenleiter



