

Weil geprüfte Qualität gut schmeckt!

apetito

Musterspeiseplan 4 Wochen für Menüservice



Der vorliegende Speiseplan wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) geprüft und zertifiziert. Er erfüllt die Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“ (1. Auflage, 2. korrigierter und aktualisierter Nachdruck 2023) aus folgenden Qualitätsbereichen:

- Lebensmittel einer Mittagsverpflegung (Qualität und Häufigkeiten)
- Speisenplanung und –herstellung
- Hygieneaspekte/ rechtlicher Rahmen/ QM-System

Der Speiseplan kann für Mahlzeitendienste, die sich bei der DGE zertifizieren und das „Fit im Alter – Logo“ erwerben möchten, als Grundlage dienen.

Haben Sie Fragen?

Unsere **apetito Ernährungsberatung** erreichen Sie unter:
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) weitere Informationen.

Menülinie 1

Montag



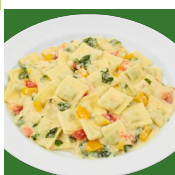
Vegetarisches Kartoffelgulasch mit Paprika und Bohnen _s
Heringsstip *

Dienstag



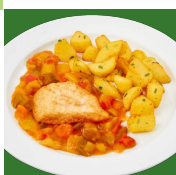
Spaghetti "Napoli Art" mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße _{G, G1, Ei, M, Me, La}
Salat der Saison mit Joghurtdressing *

Mittwoch



Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsoße _{G, G1, Ei, M, Me, La}
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *
Obst der Saison *

Donnerstag



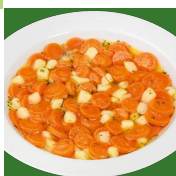
Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst der Saison *

Freitag



Schweinegulasch "Jäger Art" dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle _{G, G1, Ei}
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *

Samstag



Vegetarischer Möhren-eintopf mit feinen Kartoffelwürfeln
Vollkornbrötchen *

Sonntag



Rinderroulade "Hausfrauen Art" in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln _{G, G1, S, Sn}
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *

**Guten
Appetit**

Menülinie 1

Montag



Südländische Gemüse-Nudelpfanne "vegetarisch" mit Tomaten und Paprika G, G1
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *

Dienstag



Hackbraten vom Schwein und Rind in Kräutersoße dazu grüne Bohnen "naturell" und Salzkartoffeln G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn
Obst der Saison *



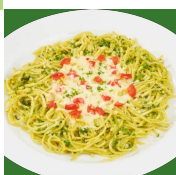
Mittwoch



Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße dazu Salzkartoffeln G, G1, M, Me, La, S, Sn
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *

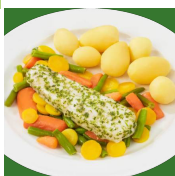


Donnerstag



Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur G, G1, Ei, M, Me, La, S
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *

Freitag



Seelachs in Kräutermarinade mit rustikalem Frühlingsgemüse aus Möhren und Bohnen dazu Salzkartoffeln F
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *



Samstag



Vegetarischer Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrübe
Vollkornbrötchen *
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *

Sonntag



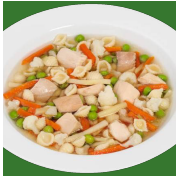
Zarte Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas dazu Gemüsereis M, Me, La, S, Sn
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst der Saison *



**Guten
Appetit**

Menülinie 1

Montag



Klassischer Hühnersupp-
pentopf mit Möhren
Erbsen Pastinaken und Nudeln
G, G1, Ei
Vollkornbrötchen *
Naturjoghurt mit Früch-
ten der Saison *



Dienstag



Cremiges Rahmgemüse
aus Möhren Blumenkohl
und Bohnen mit Kerbel
verfeinert dazu bunte
Bandnudeln G, G1, Ei, M, Me, La, S
Obst der Saison *

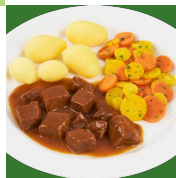
Mittwoch



Lachsfilet (aus verant-
wortungsvoller Aquakul-
tur) in feiner Buttersoße
mit Brokkoli und einer
Reis-Wildreiskombinati-
on G, G1, Fi, M, Me, La, S
Naturjoghurt mit Früch-
ten der Saison *



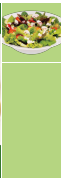
Donnerstag



Rindergulasch mit bun-
tem Möhrengemüse und
Salzkartoffeln
Salat der Saison mit Jo-
ghurtdressing *



Freitag



Penne-Nudeln mit vege-
tarischer Bolognese aus
Weizenprotein mit To-
maten- Sellerie- Karotten-
und Zwiebelstückchen G, G1, S
Salat der Saison mit Es-
sig/Öl Dressing *

Samstag



Vegetarischer Grüne-
Bohnen-Eintopf s
Vollkornbrötchen *
Obst der Saison *

Sonntag



Herzhafter Rindfleisch-
topf mit Spätzle G, G1, Ei
Salat der Saison mit Es-
sig/Öl Dressing *
Naturjoghurt mit Früch-
ten der Saison *



**Guten
Appetit**

Menülinie 1

Montag



Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage aus Brokkoli Möhren und Blumenkohl dazu Salzkartoffeln G, G1, Fi, M, Me, La, S
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *



Dienstag



Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis G, G1, Ei, S
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *



Mittwoch



Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln G, G1, M, Me, La, S
Salat der Saison mit Joghurtdressing *



Donnerstag



Gemüsepfanne "Asiatische Art" (aus Möhren Romanesco Zuckerschoten) in süß-saurer Soße mit Langkornreis G, G1, Sb, Sn
Salat der Saison mit Essig/Öl Dressing *

Freitag



Pflanzlicher Hackbraten aus Sonnenblumenprotein in brauner Cremesoße mit Kaisergemüse und Kräuterspätzle G, G1, Ei, S, Sn
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst der Saison *

Samstag



Cremige Erbsensuppe mit Gemüseeinlage G, G1, M, Me, La, S
Vollkornbrötchen *
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst der Saison *

Sonntag



Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln M, Me, La
Naturjoghurt mit Früchten der Saison *



**Guten
Appetit**

Allergenkennzeichnung



G	Gluten namentlich:
G ₁	Weizen
G ₂	Roggen
G ₃	Gerste
G ₄	Hafer
G ₅	Dinkel-Weizen
G ₆	Khorasan-Weizen
K	Krebstiere
Ei	Eier
Fi	Fische
E	Erdnüsse
Sb	Soja
M	Milch (einschließlich Laktose)
Me	Milcheiweiß
La	Laktose
Sf	Schalenfrüchte namentlich:
Sf ₁	Mandeln
Sf ₂	Haselnüsse
Sf ₃	Walnüsse
Sf ₄	Kaschunüsse
Sf ₅	Pecanüsse
Sf ₆	Paranüsse
Sf ₇	Pistazien
Sf ₈	Macadamia- /Queenslandnüsse
S	Sellerie
Sn	Senf
Se	Sesam
Sd	Schwefeloxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
Lp	Lupinen
W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von ...

Erklärung der Symbole

	Alkohol
	mit Zutaten vom Fisch
	mit Zutaten vom Geflügel
	mit Zutaten vom Rind
	mit Zutaten vom Schwein
	vegetarisch
	vegan

