

apetito 
Den Tisch
gemeinsam
grüner
denken!

Heute
mal weniger
Fleisch?



apetito 

Klimafreundlicher Speiseplan

Den Tisch grüner decken

Unser Musterspeiseplan für die Mittagsverpflegung berücksichtigt die Empfehlungen einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigeren Verpflegung. Er orientiert sich an dem aktuellen DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kliniken (Stand 2022) sowie an dem KEEKS-Leitfaden für klimaschonende Verpflegungskonzepte (Stand 2019).

Der 4 Wochen-Speiseplan erfüllt folgende Kriterien (7 Verpflegungstage):

- Einsatz von Fleisch:
 - Max. 2-3x pro Woche Fleisch oder Wurst
 - Einsatz von Rindfleisch: max. 1x innerhalb von 4 Wochen
- Einsatz von Fisch aus bestandserhaltener Fischerei: 1x pro Woche
- Einsatz von verzehrfertigen Fleischalternativen (z.B. vegetarisches Schnitzel auf Sojabasis): max. 1x pro Woche
- Einsatz von Reis: max. 1x innerhalb von 2 Wochen
- Einsatz von Bio-Komponenten: mind. 3x pro Woche
- Einsatz von vegetarischen Komponenten: mehrmals pro Woche
- Einsatz von veganen Komponenten: mind. 2 Verpflegungstage pro Woche
- Kein Einsatz von vollfetten Milchprodukten als Dessert

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Bioprodukte sind deutlich auf dem Speiseplan gekennzeichnet.

Unser Tipp: Orientieren Sie sich bei der saisonalen Ausrichtung Ihres Speiseplans an frei verfügbare Saisonkalender.

Haben Sie noch Fragen?

Wir beraten Sie gerne!

Unser Team der Ernährungsberatung
erreichen Sie unter:

ernaehrung@apetito.de



Montag



Filettöpfchen (Schweine- und Putenmedaillons) in Feinschmeckersoße
Spätzle (BIO)
Salat der Saison mit Kerne abgestreut*



G,
G1,
M,
Me,
La, S,
Ei

Dienstag



Tomatisierte Ravioli-Gemüsepfanne
Salat der Saison mit Joghurdressing*



G,
G1,
(E),
Sb

Mittwoch



Hähnchenbrustfilet "naturell" auf Gemüse nach mediterraner Art
Bulgur-Gemüse-Pfanne
Naturjoghurt (1,5 %) mit Früchten der Saison*



G, G1, Sn

Donnerstag



Vegetarische Bolognese "Thai Art"
Vollkorn Penne (BIO)
Salat der Saison*
Obst der Saison*



G,
G1,
Sb

Freitag



Fischpfanne "Neptun" vom Alaska Seelachs; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Frühlingspüree
Salat der Saison*



G, G1, Fi, M,
Me, La, S

Samstag



Vegetarische Linsensuppe
Brötchen*
Obst der Saison*



S

Sonntag



Putenbraten in einem Kräutermantel; in vollmundiger Soße
Pastinake "Natur" (BIO)
Salzkartoffeln (BIO)
Naturjoghurt (1,5 %) mit Früchten der Saison*



G, G1, S

Guten
Appetit!

Montag



Hähnchenbrustfilet in
Tomaten-Kräuter-Sugo
Penne (BIO)
Salat der Saison*
Naturjoghurt (1,5 %) mit
Früchten der Saison*

G, G1

Dienstag



Veggie Cevapcici | (auf
Erbsenbasis) in herzhaft-
bunter Paprikasoße mit
Stücken von Paprika
Grüne Bohnen "naturell"
Kartoffeln mit Schale

Mittwoch



Mienudelpfanne "Asia-
Style"
Salat der Saison mit Ker-
nen abgestreut*

G, G1, Ei,
Sb, M, Me,
La, S

Donnerstag



Reisnudel-Gemüse-Pfan-
ne "vegetarisch"
Gemüse-Mix aus Erbsen,
Mais und Paprika (BIO)
Obst der Saison*

G, G1

Freitag



Lachsfiletstücke | (aus
verantwortungsvoller
Aquakultur) in Dill-
cremesoße
Stampfkartoffeln
Salat der Saison mit Jo-
ghurtdressing*

Fi, M, Me,
La, S

Samstag



Vegetarischer Gemüse-
intopf
Vollkornbrot*
Obst der Saison*

S

Sonntag



Schweinebraten in glat-
ter Soße (BIO)
Grüner Mix Brokkoli-Erb-
se "Natur" (BIO)
Salzkartoffeln (BIO)
Naturjoghurt (1,5 %) mit
Früchten der Saison*

G, G1, S

Guten
Appetit!

Montag



Vegan Queen | rotes Gemüseragout mit Soja-Hack, gekrönt von einer Kartoffel-Pastinaken-Birnen-Haube
Salat der Saison mit Kernen abgestreut*
Obst der Saison*



Dienstag



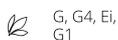
Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Erbsen
Salzkartoffeln (BIO)
Obst der Saison*



Mittwoch



Linsnbällchen; aus Kartoffeln und braunen Linsen
Fingermöhren "naturell"
Couscous-Tajine; mit Riesencouscous und knackigem Gemüse
Kräuterquark (20%)*



Donnerstag



Schweinegulasch "Försterin"
Gabel-Spaghetti (BIO)
Salat der Saison mit Joghurtdressing*



Freitag



Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Langkornreis (BIO)
Salat der Saison mit Joghurtdressing*



Samstag



Vegetarischer Pastinaken-Kürbiseintopf
Vollkornbrötchen*
Obst der Saison*



Sonntag



Zarter Sonntagsbraten | vom Schwein in einer köstlichen Bratensoße
Möhren (BIO)
Spätzle (BIO)
Naturjoghurt (1,5 %) mit Früchten der Saison*



Guten Appetit!

Montag



Schweinerückensteak "Natur"
Helle Champignonsoße
Kartoffeln mit Schale
Salat der Saison mit Joghurtdressing*

G, G1, M, Me, La, S

Dienstag



Spätzle-Gemüse-Pfanne (BIO)
Salat der Saison*
Naturjoghurt (1,5 %) mit Früchten der Saison*

G, G1, Ei, S

Mittwoch



Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini
Zucchini-Tomatengemüse "Mediterrane Art"
Kräuterkartoffeln mit Chili
Obst der Saison*

Donnerstag



"Aubergini" | gegrillte Auberginenscheiben in fruchtigem Tomatensugo mit Käse-Kräuter-Topping
Nudelreis
Salat der Saison mit Kernen abgestreut*

(E), M, Me, Sf, Sf1, G, G1

Freitag



Lachsfiletstücke (aus verantwortungsvoller Aquakultur) | in Soße nach "Florentiner Art"
Möhren (BIO)
Stampfkartoffeln

Fi, M, Me, La

Samstag



Grüner Bohneneintopf
Vollkornbrötchen*
Obst der Saison*

S

Sonntag



Rinderroulade "Hausfrauen Art" in herzhafter Soße
Apfelrotkohl
Kartoffelklöße (BIO)
Naturjoghurt (1,5 %) mit Früchten der Saison*

G, G1, S, Sn, (G), (Ei), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (S)

Guten Appetit!

Allergenkennzeichnung mit Kürzel

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 ...



Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben auf dem Speiseplan.
Allergen-Informationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.