

Musterspeiseplan 4 Wochen für Unternehmen

in form
KONZERNWEIT
DIE QUALITÄTSSICHERUNG

DGE-Qualitätsstandard
für die Betriebsverpflegung



Der vorliegende Speiseplan wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) geprüft und zertifiziert. Er erfüllt die Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandard für die Betriebsverpflegung“ (4. Auflage, 2014) aus folgenden Qualitätsbereichen:

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

Der Speiseplan kann für Betriebsrestaurant, die sich bei der DGE zertifizieren und das „JOB&FIT – Logo“ erwerben möchten, als Grundlage dienen.

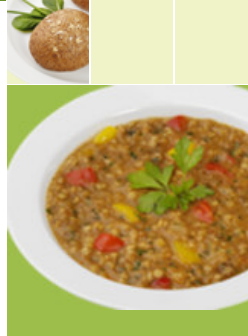
Montag



Hähnchenfilets in einer Tomaten-Balsamico-Soße
Fingermöhren "naturell"
Bandnudeln mit Ei
Trinkwasser *



Donnerstag



Linsen Dal vegetarischer
Linseneintopf nach "Indisch
Ayurvedischer Art" mit
Kreuzkümmel, Zimt, Nelke und
Zitrone
Vollkornbrötchen
Obst *
Trinkwasser *

Dienstag



Ravioli gefüllt mit Linsen, dazu
würzige Gemüsevielfalt aus
Paprika, Tomaten, Linsen und
Kichererbsen
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Joghurt mit Früchten (1,5%) *
Trinkwasser *

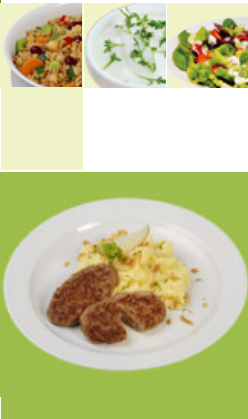
Freitag



Dorschfilets in Senfsoße
Bunte Gemüse Mischung aus
gegrillten Paprikastücken,
Zucchini, Zwiebeln, Auberginen
und getrockneten Tomaten
Langkornreis
Obst *
Trinkwasser *



Mittwoch



Rinderfrikadelle
Lockerer Couscous, kombiniert
mit Möhren, Zucchini, Kidney-
und Mungobohnen
Kräuterquark (20%) *
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Trinkwasser *



Guten
Appetit!

Montag



Nudel-Brokkoli-Auflauf
"vegetarisch"
Salat mit Joghurtdressing *
Obst *
Trinkwasser *

Donnerstag



Zartes Lachsfilet in gelber
Paprikasoße
Bunte Gemüsemischung aus
Erbsen, Fingermöhren, grünen
Bohnen, Mais und
Paprikawürfeln, fein gewürzt
Stampfkartoffeln
Trinkwasser *



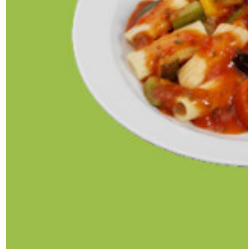
Dienstag



Schweineschnitzel mit einer
glutenfreien Panade
Ketchup *
Gelbe Reismischung mit Erbsen,
roten und grünen
Paprikawürfeln,
Zwiebelstückchen und Karotten
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Trinkwasser *



Freitag



Rigatoni "Salvia" Feine Rigatoni
in einer fruchtigen Tomatensoße
mit mediterranem Gemüse und
Salbei
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Speisequark mit Früchten
(Magerstufe) *
Trinkwasser *

Mittwoch



Albóndigas en Tomate
Hackfleischbällchen in
Tomatensugo
Brokkoli "naturell"
Naturreis
Obst *
Trinkwasser *



Guten
Appetit!

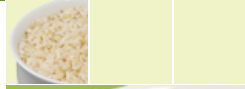
Montag



Currywurst in pikanter Ketchupsoße ☹
Steakhouse frites: Rustikal geschnittene Kartoffeln, leicht vorgebacken
Salat mit Joghurtdressing *
Obst *Trinkwasser *



Donnerstag



Rotes Gemüsecurry mit Kichererbsen, Brokkoli, Blumenkohl, roten Zwiebeln und Paprika, leicht scharf abgeschmeckt mit roter Currypaste
Naturreis
Joghurt mit Früchten (1,5%) *
Trinkwasser *



Dienstag



Veggie-Burger; Burgerpatty aus Kichererbsen und rote Bete Brötchen
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Senfdip *
Trinkwasser *



Freitag



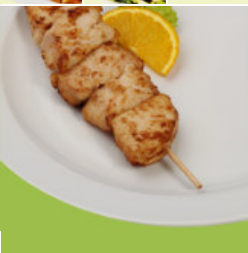
Alaska-Seelachs in Grilloptik, leicht tomatisiert und gewürzt
Rahmspinat
Salzkartoffeln
Obst *
Trinkwasser *



Mittwoch



Zarte Hähncheninnenfilets am Spieß, leicht gewürzt
Conchiglie-Muschelnudeln mit roter Pestosoße,
Cocktailtomaten und getrockneten Tomaten, fein abgeschmeckt
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Trinkwasser *



Guten
Appetit!

Montag



Sojageschnitzeltes in Rahmsauce mit Champignons, Steinpilzen, Cocktailtomaten, mit mediterranen Kräutern abgeschmeckt
Gemüse Mischung aus Romanesco, Brokkoli und Erbsen, leicht gewürzt
Spätzle
Obst *
Trinkwasser *



Donnerstag



Zartes Lachsfilet in delikater Senf-Buttersauce, mit gekörntem Senf, mit Sahne verfeinert und einem Spritzer Zitrone abgerundet
Grüne Bohnen "naturell"
Salzkartoffeln
Obst *
Trinkwasser *



Dienstag



Rindfleischcurry "Marokkanisch"
Rindergulasch in kräftiger orientalischer Soße mit Kichererbsen, fein abgeschmeckt mit Ingwer und Koriander
Naturreis
Salat mit Joghurt Dressing *
Trinkwasser *



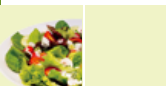
Freitag



Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen, abgeschmeckt mit orientalischen Gewürzen
Kräuterquark (20%) *
Lockerer Bulgur mit scharfem Curry, kombiniert mit Apfelwürfeln, Rosinen und Frühlingszwiebeln
Trinkwasser *



Mittwoch



Eier-Spaghetti mit würziger Tomaten-Hackfleischsoße aus Geflügelfleisch, mit Oregano und Thymian verfeinert
Salat mit Essig/Öl Dressing *
Speisequark mit Früchten (Magerstufe) *
Trinkwasser *



Guten
Appetit!

Legende



Fisch



Geflügelfleisch



Rindfleisch



Schweinefleisch

03 Antioxidationsmittel

09 Süßungsmittel

10 Zuckerart und Süßungsmittel

20 Nitritpökelsalz