

MENÜPLAN



KW 33/25 11.08.2025 bis 17.08.2025
KostBAR am Helgoländer Damm

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

MENÜ 1
ohne Schweinefleisch

MENÜ 2
vegetarisch

Dessert

Bami Goreng mit Hähnchenfleisch, Gemüse und Nudeln (A1,C,G,F)	Rindfleisch Bolognese (I,J) mit Nudeln (A1)	Hähnchenschnitzel (A1,C) an Geflügelsauce (I) mit Blumenkohl und Salzkartoffeln	Gyros-Eintopf mit Gemüse (A1,G,I) mit Baguette	Lasagne (A1,C,G,I) mit Rindfleisch und Hausgemachter Tomatensauce
Chili Sin Carne (A1,F) mit Baguette (A1)	Vegetarisches Gyros Geschnetzeltes (A1,F) Tzaziki (G) und Djuvecreis	American Pancakes (A1,C,G) mit Vanillesauce (G)	Spinat mit Rührei (C) und Kartoffelpüree (G)	Vegetarische Tortellini (A1,C,G,I) an Brokkoli-Käse-Sauce (G)
Quarkspeise (G)	Frisches Gebäck	Obstsalat	Pudding (G)	Götterspeise Waldmeister mit Vanillesauce (G)

*Änderung vorbehalten

Einrichtung:

BESTELLUNG:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
MENÜ 1 ohne Schwein	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
MENÜ 2 vegetarisch	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Junior 1 ohne Schwein	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Junior 2 vegetarisch	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen

Allergene

A1: Gluten Weizen, A2: Gluten Roggen, A3: Gluten Gerste, A4: Gluten Hafer, A5: Gluten Dinkel, A6: Gluten Kamut, B: Krebstiere, C: Eier, D: Fische, E: Erdnüsse, F: Sojabohnen, G: Milch, H1: Haselnuss, H2: Mandel, H3: Walnuss, H4: Pinienkerne, H5: Pistazien, H6: Cashewnüsse, H7: Macadamianüsse, I: Sellerie, J: Senf, K: Sesamsamen, L: Lupinen, M: Weichtiere,

Zusatzstoffe

O1: mit Farbstoff, O2: mit Konservierungsstoff, O3: mit Antioxidationsmittel, O4: mit Geschmacksverstärker, O5: Geschwefelt, O6, Geschwärzt, O7: mit Phosphat, O9. Koffeinhaltig, 10: Chininhaltig, 11: mit Süßungsmittel, 12: enthält eine Phenylalaninquelle, 13: gewachst, 14: mit Taurin, 15: mit Nitritpökelsalz, 16: mit Säuerungsmittel, 17: mit Stabilisatoren



MENÜPLAN



KW 33/25

KostBAR im Kreishaus Brake

11.08. bis 14.08.2025

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

MENÜ 1

Hähnchenbrustfilet mit
Bratkartoffeln und Pfannengemüse

Frikadelle aus Rinder- und
Schweinehackfleisch mit
Kroketten und Zuckerschoten

Fischpfanne mit Lachsfilet, Bandnudeln
und Gemüse

Pizza mit Mozzarella, rote Zwiebeln
und Peperonisalami

MENÜ 2
vegetarisch

Knusperfrikadelle aus Weizen
mit Semmelknödel und
Pfifferling - Rahmsauce

Gemüsestrudel mit Reis und
buntem Feta - Salat

Kartoffelgnocchi -Paprika-Pilz-Pfanne

Veganer Gyros-Auflauf mit Nudeln,
Dazu Krautsalat und Tzaziki

*Änderung vorbehalten



MENÜPLAN



KW 33/25

KostBAR in der
Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH

11.08. bis 14.08.2025

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

MENÜ 1

Hähnchenbrustfilet mit Bratkartoffeln und Pfannengemüse	Frikadelle aus Rinder- und Schweinehackfleisch mit Kroketten und Zuckerschoten	Kartoffelgnocchi-Paprika-Pilz-Pfanne	Veganer Gyros-Auflauf mit Nudeln, dazu Krautsalat und Tzaziki
--	--	--------------------------------------	--

*Änderung vorbehalten