KostBAR
Gemeinsam in der Küche & am Tisch
am Helgoländer Damm
in Nordenham

MENÜPLAN

KW 34/25 18.08.2025 bis 24.08.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
MENÜ 1 ohne Schweine-fleisch	Nürnberger Geflügelwürstchen (I) mit Sauerkraut (03) und Salkartoffeln	Rindfleisch Burger (I,J) im Sesam Bun (A1) mit Tomate, Salatgurge und Eisbergsalat	Mildes Chili Con Carne (Geflügel) mit Fladenbrot (A1)	Matjesfilet (D) an Remoulade (C)mit Roten Zwiebelringen und KartoffelSalat (A1,I,G)	Griechisches Rinderhacksteak (J) mit Balkansauce (A1,I) dazu Reis
MENÜ 2 vegetarisch	Gebackene Champignons A1,C) an Knoblauch Creme mit Farmer Salat (03)	Kartoffel-Eintopf (I) mit einem kleinen Brötchen (A1)	Blumenkohl-Käse- Medallion (A1,I,G) an Käse-Sauce (A1,I,G)	Kichererbsenbällchen (A1) mit Kräuterquark (G) und Rosmarin- Kartoffeln	Soja Bolognese (F) mit Nudeln
Dessert	Qaurkspeise (G)	Frisches Obst	Schokoladen Pudding (G)	Obstsalat	kleine Dounats (A1)

*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	01: mit Farbstoff, 02: mit Konservierungsstoff, 03: mit Antioxidationsmittel, 04: mit Geschmacksverstärker, 05: Geschwefelt, 06, Geschwärzt, 07: mit Phosphat, 09. Koffeinhaltig, 10: Chininhaltig, 11: mit Süßungsmittel, 12: enthält eine Phenylalaninquelle, 13: gewachst, 14: mit Taurin, 15: mit Nitritpökelsalz, 16: mit Säuerungsmittel, 17: mit Stabilisatoren

KostBAR
Gemeinsam in der Küche & am Tisch
in der Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH

MENÜPLAN

KW 34/25
KostBAR in der Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH

18.08. bis 21.08.2025

MENÜ 1

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
Gemüsepfanne mit Salzkartoffeln, dazu ein Kräuter-Quark-Dip	Köttbullar in einer Pilz-Rahm Soße, dazu Kroketten	Hähnchen Gyros mit Gemüse-Allerlei, dazu Reis und Tzaziki	Lasagne Bolognese mit Rindfleisch, dazu ein Karottensalat

*Änderung vorbehalten

KostBAR
Gemeinsam in der Küche & am Tisch
im Kreishaus Brake

MENÜPLAN

KW 34/25
KostBAR im Kreishaus Brake

18.08. bis 21.08.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
MENÜ 1	Fischfrikadelle "Hering Art" mit Kartoffelsalat und Kräuter-Remoulade	Köttbullar in einer Pilz-Rahm soße, dazu Kroketten	Hähnchen Gyros mit Gemüse-Allerlei, dazu Reis und Tzatziki	Lasagne Bolognese mit Rindfleisch, dazu Karottensalat
MENÜ 2 vegetarisch	Gemüsepfanne mit Salzkartoffeln dazu ein Kräuter-Quark-Dip	Gemüseschnitzel, Pilz-Rahmsoße, dazu ein Bunter Salat mit gerösteten Sonenblumenkernen	Käsespätzle, dazu Kräuterbaguette und ein Gurkensalat	Veganer Burger mit Brioche Bun, Salsa-Sauce, roten Zwiebeln und Blattsalat, dazu Kartoffel-Dippers

*Änderung vorbehalten