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

MENÜPLAN

KW 46/26 09.11.2026 bis 13.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Menü 1 mit Schwein nur Erwachsene	Möhreneintopf mit Kartoffeln und Rindfleisch (I) Weizenbrötchen (02)(A1,F,G,J)	Lammhacksteaks (A1,C) Apfel-Majoran-Sauce (A1) Butterbohnen (G) Kartoffelgratin (G)	Schweineschnitzel mit Käse und Tomaten überbacken (A1,C,G) Bratensauce (A1) Nudeln (A1) Selleriesalat (02,03)	Gemüse-Köttbular(C) mit Nudeln(A1) und Tomatensauce	Geflügelfrikadelle (A1,C,I) Bratensauce (A1) Butterbohnen (G) Salzkartoffeln
MENÜ 2 vegetarisch	Kohlrabi-Käse-Rösti (A1,C,G) Schnittlauchsahnesauce (A1,G) Salzkartoffeln Salat der Saison (02,03)	Paprika-Kartoffel-Curry mit Kichererbsen Joghurtdip (G) Fenchelsalat	Süßkartoffelpüree(A1) mit dreierlei Gemüsen in einer Kräutersoße(A1,G)	Paprika-Zucchini-Curry mit Kichererbsen und Reis, Joghurtdip(G)	Thailändische Brokkoli-Karotten- Zuckerschotenpfanne(A1,G) mit Naturreis
Menü Kinder nur Kitas und Schulen	Möhreneintopf mit Kartoffeln und Rindfleisch (I) Weizenbrötchen (02)(A1,F,G,J)	Putenschnitzel (A1,C) Geflügelsauce (A1) Broccoliröschen Salzkartoffeln	Hähnchenbrust mit Bratensauce (A1,I) Erbsen Salzkartoffeln	Gemüse-Köttbular(C) mit Nudeln(A1) und Tomatensauce	Geflügelfrikadelle (A1,C,I) Bratensauce (A1) Butterbohnen (G) Salzkartoffeln
Dessert 1	Frisches Obst der Saison	Früchtekompott (01,02)	Schokoladenpudding (02,10) (G)	Frisches Obst der Saison	Fruchtjoghurt Banane (09) (G)
Dessert 2	Rohkost	Angemachter Salat	Rohkost	Angemachter Salat	Rohkost

*Änderung vorbehalten

Einrichtung:

BESTELLUNG:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
MENÜ 1 mit Schwein	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
MENÜ 2 vegetarisch	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Junior 2 vegetarisch	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Junior 3 Kindgerecht	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Dessert 1	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen	Portionen
Dessert 2	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
im Kreishaus Brake

MENÜPLAN

KW 46/26
KostBAR im Kreishaus Brake

09.11. bis 12.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
MENÜ 1	Fisch-Burger (A1,D) "Hausfrauen" Remoulade (C,J) Gurkensalat (G)	Tortellini-Auflauf mit Gemüse (A1,C,G) und Schinken, dazu ein bunter Salat	Kürbis-Eintopf (I) mit Kartoffeln, Möhren und Hackfleisch	Schweinesauerbraten mit Rotkohl und Schupfnudeln (A1)
MENÜ vegetarisch 2	Überbackener Spinat-Nudelauflauf (C,G) mit kleinem Brötchen (A1,A3)	Tortellini-Gemüse-Pfanne (A1,F) mit cremiger Sahnesauce (G)	Kartoffel-Puffer (A1,C) mit Dreierlei-Dip (G) und Salat	Gnocchi-Pfanne mit Spitzkohl in einer fruchtigen Tomatensauce (A1,G)

*Änderung vorbehalten

Öffnungszeiten

Montag bis einschl. Donnerstag: 8.30 Uhr bis 14.00 Uhr
Freitag: 8.30 Uhr bis 12:00 Uhr

Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärkern 5) geschwefelt 6) geschwärzt
7) gewachst 8) mit Phosphat 9) mit Süßungsmitteln 10) enthält eine Phenylalaninquelle
11) ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 12) konserviert mit Thiabendazol
* chininhaltig, ** koffeinhaltig, *** bestrahlt oder mit ionisierenden Strahlen behandelt, **** genetisch verändert

Allergene: Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon (a1 = Weizen [wie Dinkel, Khorasan-Weizen], a2 = Roggen, a3 = Gerste, a4 = Hafer)*,b = Krebstiere*, c = Eier*,
d = Fisch*, e = Erdnuss*, f = Soja*, g = Milch*, Schalenfrüchte (h1 = Mandeln*, h2 = Haselnüsse*,h3 = Walnüsse*, h4 = Kaschunüsse*, h5 = Pecannüsse*, h6 =
Paranüsse*, h7 = Pistazien*, h8 = Macadamia- oder Queenslandnüsse)*, i = Sellerie*, j = Senf*, k = Sesamsamen*, l = Schwefeldioxid/Sulfite,
m = Lupinen*, n = Weichtiere* * und daraus gewonnene Erzeugnisse

KostBAR
Gemeinsam in der Küche & am Tisch
in der Kreisvolks-hochschule Brake

MENÜPLAN

KW 46/26
KostBAR in der Kreisvolkshochschule Wesermarsch GmbH

09.11. bis 12.11.2026

MENÜ	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
	Fisch-Burger (A1,D) "Hausfrauen" Remoulade (C,J) Gurkensalat (G)	Tortellini-Auflauf mit Gemüse (A1,C,G) und Schinken, dazu ein bunter Salat	Kürbis-Eintopf (I) mit Kartoffeln, Möhren und Hackfleisch	Schweinesauerbraten mit Rotkohl und Schupfnudeln (A1)

*Änderung vorbehalten

Preis pro Tagesgericht €7,90

Öffnungszeiten

Montag bis einschl. Donnerstag: 8.30 Uhr bis 14.00 Uhr
Freitag: 8.30 Uhr bis 12:00 Uhr

Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärkern 5) geschwefelt 6) geschwärzt
7) gewachst 8) mit Phosphat 9) mit Süßungsmitteln 10) enthält eine Phenylalaninquelle
11) ab 100g Tafelsüße pro kg: kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 12) konserviert mit Thiabendazol
* chininhaltig, ** koffeinhaltig, *** bestrahlt oder mit ionisierenden Strahlen behandelt, **** genetisch verändert

Allergene: Glutenhaltiges Getreide oder Hybridstämme davon (a1 = Weizen [wie Dinkel, Khorasan-Weizen], a2 = Roggen, a3 = Gerste, a4 = Hafer)*,b = Krebstiere*, c = Eier*,
d = Fisch*, e = Erdnuss*, f = Soja*, g = Milch*, Schalenfrüchte (h1 = Mandeln*, h2 = Haselnüsse*,h3 = Walnüsse*, h4 = Kaschunüsse*, h5 = Pecannüsse*, h6 =
Paranüsse*, h7 = Pistazien*, h8 = Macadamia- oder Queenslandnüsse)*, i = Sellerie*, j = Senf*, k = Sesamsamen*, l = Schwefeldioxid/Sulfite,
m = Lupinen*, n = Weichtiere*

* und daraus gewonnene Erzeugnisse