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

MENÜPLAN

KW 47/26 16.11.2026 bis 20.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Menü 1 mit Schwein nur Erwachsene	Szegediner Sauerkraut-gulasch vom Schwein(A1,2) mit Salzkartoffeln (A1)	Hongkong Nudeln mit Hähnchenfleisch, Gemüsen und Soja(A1,F,I)	Wurstgulasch (Geflügel) (A1,I,J,02,03) mit Nudeln (A1)	Cremiger Eintopf von Blumenkohl mit Wurzelgemüsen, Gemüseklößen(A1,G,) Roggenbrötchen (A1,A2)	Fischfilet in Knusperpanade (A1,C,D) holländische Sauce (A1,G) Salzkartoffeln Gurkensalat (02,03)
MENÜ 2 vegetarisch	Gemüsenuggets (A1,F,G,I,K,J) mit mediterranem Zucchini-Tomatengemüse Möhrensalat (02,03)	Buntes Gemüseragout (I) in Bärlauch-Sauce (A1) Salzkartoffeln Krautsalat (02,03)	Couscous Pfanne (A,I) mit Karotten, Zucchini, Papeika und Kichererbsen	„Spinatlasagne“ Nudelplatten mit Spinat-Kartoffelfüllung in Bechamelsauce mit Käse überbacken (A1,C,G,I,J,02)	Grünkohlbällchen (A1,C,G,I) an milder Senfsauce (A1,G,I,J) mit Kartoffeln
Menü Kinder nur Kitas und Schulen	Spiralnudeln (A1) mit Tomatensauce (A1) Möhrensalat (02,03)	Hongkong Nudeln mit Hähnchenfleisch, Gemüsen und Soja(A1,F,I)	Wurstgulasch (Geflügel) (A1,I,J,02,03) mit Nudeln (A1)	Cremiger Eintopf von Blumenkohl mit Wurzelgemüsen, Gemüseklößen(A1,G,) Roggenbrötchen (A1,A2)	Fischfilet in Knusperpanade (A1,C,D) holländische Sauce (A1,G) Salzkartoffeln Gurkensalat (02,03)
Dessert 1	Frisches Obst der Saison	Grießpudding (A1,G)	Frisches Obst der Saison	Kirschquarkspeise (02,10)(G)	Vanillejoghurt (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 47/26
KostBAR im Kreishaus Brake 16.11. bis 19.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
MENÜ 1	Räucherlachs-Salat (D) mit Meeresfrüchten (B,N) Baguette (A1)	Putengeschnetzeltes mit Champignons in Rahmsoße (G) Coleslaw mit Karotten in Salatcreme (C,G) Reis	Bratwurst-Kartoffel-Eintopf (L) mit Möhren und Lauch	Kasseler-Auflauf (G,I) mit Sauerkraut und Kartoffeln
MENÜ vegetarisch 2	Spinatknödel mit Schmelzkäsesoße (A1,C,G) Ofenkürbis mit Hirtenkäse (G)	Kaiserschmarrn mit Rosinen, (A1,C,G) Apfel-Kompott und Vanillesauce	Rotes Linsencurry (J) Reis	Gemüse-Köttbullar (C) mit Nudeln (A1) nd Tomatensauce

*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 45/26
KostBAR in der
Kreisvolkshochschule
Wesermarsch GmbH

16.11. bis 20.11.2026

MENÜ

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Grünkohl mit Pinkel und Mettenden (A4,A1,F,I,K,L) Kürbissuppe (G,H3)	Putengeschnetzeltes mit Champions in Rahmsoße (G) Coleslaw mit Karotten in Salatcreme (c,G)	Grünkohl mit Pinkel und Mettenden (A4,A1,F,I,K,L Kürbissuppe (G,H3)	Kasseler - Auflauf (G,i) Kürbissuppe (G,H3)	**Frühstücksbüffet** von 9:00 – 11:30 Uhr mit Kaffee, Tee, div. Brötchensorten, Aufschnitt, Müsli, Joghurt, Rührei etc. **für € 8,90 p.P.**

*Änderung vorbehalten

Preis pro Tagesgericht €8,90

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