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

MENÜPLAN

KW 48/26 23.11.2026 bis 27.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Menü 1 mit Schwein nur Erwachsene	Krakauer Bratwurst (03,13)(G,I,J) Zwiebelsauce (A1) Wintergemüse Kartoffelstampf (03)	Deftiger Erbseneintopf mit Gemüse und Kartoffeln (I) Geflügelwurst (15) Weizenbrötchen (A1)	Hähnchenbrustfilet in Curryfrüchtesauce (03,10) (A,G) Reis Eisbergsalatsalat (03)	**„Kirschmichel“** Süßer Quarkauflauf mit Löffelbiskuit und Kirschen (A1,G)	Rinderroulade **„Hausfrauen Art“ (02,03,14))** mit Speck-Zwiebelfüllung Bratensauce (A1) Rotkohl Salzkartoffeln
MENÜ 2 vegetarisch	Kichererbsenbällchen (A1,C,F,G,I) Orientalischer Gemüse-Couscous (A1,I) Joghurt-Mango-Dip (G)	Grüne Bandnudeln in Rahm mit Kürbiswürfel, Kirschtomaten, Babyspinat und Walnüssen (03)(A1,H3) Feldsalat mit French-Dressing (02,03)	Vegetarisches Schnitzel (A1,C,F,I) Pilze in Rahm (02)(A1,C,I) Rosenkohl Spätzle (A1,C)	**„Gemüsegulasch“** Sellerie, Möhren, Paprika, Zucchini und Lauch in Tomaten-Estragonsauce (A1) Ebly Zartweizen	Große Ofenkartoffel mit gebratenem Gemüse, Schmand-Creme (03)(G)
Menü Kinder nur Kitas und Schulen	Kalbsbratwurst Bratensauce (A1) Wintergemüse Kartoffelstampf (03)	Deftiger Erbseneintopf mit Gemüse und Kartoffeln (I) Geflügelwurst (15) Weizenbrötchen (A1)	Hähnchenbrustfilet in Curryfrüchtesauce (03,10) (A,G) Reis Eisbergsalatsalat (03)	Pfannkuchen (A1,C) mit Apfelmus (02,10)	Hähnchen Nuggets (A1) mit Ketchupsauce (2,16) Reis Gurkensalat (02,03)
Dessert 1	Frisches Obst der Saison	Vanillepudding (G)	Karamelpudding (G)	Heidelbeerjoghurt (G)	frisches Obst der Saison
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 48/26
KostBAR im Kreishaus Brake

23.11. bis 26.11.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
MENÜ 1	Fischfilet im Backteig (A1,D) Reis bunte Gemüsemischung	Hähnchenschenkel Kartoffelpüree (G,L) Blattspinat	Schweinegulasch mit Paprikastreifen (I,J) Kartoffel-Wedges mit Rosmarin	Schweineschnitzel "Wiener Art" (A1) Pommes frites Beilagensalat
MENÜ vegetarisch 2	Kartoffel-Weißkohlauflauf (A1,C,G) Ciabatta und Kräuterquark	Burger aus Süßkartoffeln und Kidneybohnen ((E,H,K) Pommes frtites	Kichererbsen-Tomaten-Eintopf (A,F) Baguette (A1)	Asiatische Bratnudeln-Pfanne (A1,F) mit verschiedenem Gemüsen

*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

23.11. bis 28.11.2026

MENÜ

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Grünes Thai Curry mit Hähnchen und Gemüse, dazu Reis (B,D,F,A1,L;0) Tomaten Cremesuppe (G,A1,A4,I,J) Weitere Tagesgerichte auf Anfrage	Grünes Thai Curry mit Hähnchen und Gemüse, dazu Reis (B,D,F,A1,L;0) Tomaten Cremesuppe (G,A1,A4,I,J) Weitere Tagesgerichte auf Anfrage	Grünes Thai Curry mit Hähnchen und Gemüse, dazu Reis (B,D,F,A1,L;0) Tomaten Cremesuppe (G,A1,A4,I,J) Weitere Tagesgerichte auf Anfrage	Grünes Thai Curry mit Hähnchen und Gemüse, dazu Reis (B,D,F,A1,L;0) Tomaten Cremesuppe (G,A1,A4,I,J) Weitere Tagesgerichte auf Anfrage	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