

Speiseplan vom 15.-19.09.2025

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Montag	Reis mit gegrilltem Gemüse, Kokosnuss-Ingwer-Currysauce (Se) Mangolassi (M)
Dienstag	Pasta mit vegetarischer Bolognese (Se G) Grana Padano geraspelt (M) Obst
Mittwoch	Kartoffelsuppe (Se) mit Wienerl und Brot (G) Schokopudding (M)
Donnerstag	Parmesan- Spinatknödel (G E M) mit Tomatensauce (Se) Salat
Freitag	Pflanzerl vom bayrischen Kalb (G E SE) Vegetarische Bratlinge (G E M) Wedges/Karotten/ Quarkdip (M)

K= Krebstiere

- E= Eier
- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

Guten Appetit!

Speiseplan vom 22.-26.09.2025

Montag	Lasagne (G Se M) Obst
Dienstag	Spätzle (G E) mit Rahmschwammerl (M Se) Röstzwiebel (G) Obstsalat
Mittwoch	Pizza (G M) Salat/Karottenraspel/Paprika/Gurke
Donnerstag	Frühlingsrollen (G S Se) mit Duftreis Die gelbe Sauce (Mango-Kokos) (Se)
Freitag	Bratwürstel (Rind/Schwein oder vegetarisch) mit frischgestampftem Kartoffelpüree (M) Sauerkraut Ketchup

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

Viel Spaß beim genießen.

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
 Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Speiseplan vom 29.09-03.10.2025

Montag	Basmatireis mit süß-sauer Hähnchenpfanne (S Se) Reis und Karotten-Bohnengemüse Obst
Dienstag	Nudeln (G) mit Tomatensauce (Se) Parmesan (M) Frischgebackener Apfelstreuselkuchen (G E M) wie von der Oma.
Mittwoch	Kartoffelscheiben mit Quark (M) Gefärbte Eier (E) bunte Blattsalate, Rohkostaspel
Donnerstag	Tomatensuppe (Se) Ofenfrisches Rosmarin-Kirschtomaten-Focaccia (G) Quark (M) mit selbstgekoelter Beerenmarmelade
Freitag	Tag der deutschen Einheit

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

○ Guten Appetit!

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Speiseplan vom 06.-10.10.2025

Montag	Nudeln (G) mit grünem Pesto alla Genovese (M) Geraspelter Grana Padano (M) Obst
Dienstag	Geschmortes Rindergulasch vom Weideochsen (Se SE) mit selbstgeschabten Spätzle (G E) und Blaukraut Tiramisu (G M E)
Mittwoch	Pizza (G M) Tomaten-Gurken-Petersiliensalat
Donnerstag	Reis mit Chana-Dal (Se) Geschnittenes Obst und Rohkost
Freitag	Herbstlicher Kartoffeleintopf (Se) (Karotte-Steckrübe-Pastinake) Selbstgebackenes Sonnenblumenkernbrot (G) Karottenkuchen (G E Sc)

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

○ Guten Appetit!

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
 Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Speiseplan vom 13.-17.10.2025

Montag	Pasta mit Grünkernbolognese (Se G) Parmesan (M) Obst
Dienstag	Fisch-Gemüsecurry (Se) mit Reis Kuchen (G E)
Mittwoch	Reiberdatschi (G E) Apfelmus Salate
Donnerstag	Semmel- und Serviettenknödel (G E M) Parmesan-Pilzsauce (Se M) Schokopudding (M)
Freitag	Knusperschnitzel (G E) mit Reis Süß-sauersauce Für die Vegetarier: Haloumi, Gemüse paniert

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

○ Guten Appetit!

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
 Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Speiseplan vom 20.-24.10.2025

Montag	Kartoffelgulasch (Se) mit Würstel Sauerteigbrot (G) Obstsalat
Dienstag	Pizza (G M) Obst
Mittwoch	Pasta (G) mit Tomatensauce (M Se) Parmesan (M) Rohkostsalate
Donnerstag	Burger vom Rind (Se SE G E) Vegiburger Se SE E G Kartoffel, Salat, Kas und Ketchup
Freitag	Nasi Goreng (Se) Ei Erdbeer-Tiramisu (G E M)

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

○ Guten Appetit!

Unsere Homepage : www.kinderessenkrag.de
 Instagram : KinderessenKrag mit Fotos unserer Arbeit

Speiseplan vom 27.-31.10.2025

Montag	Nudeln (G) mit Lachssahnesauce (M) Obst
Dienstag	Ofenkartoffel und Gemüse mit Sauerrahm (M) Salat
Mittwoch	Knusperschnitzel (G E) mit Reis und Süß-Sauersauce (Se S) Vegi-Schnitzel (Se G E) Gemüsesticks
Donnerstag	Gelbes Dal (Se) Reis, Wraps (G) Salat und Käse (M)
Freitag	Tomaten-Basilikumsuppe (Se) Suppennudeln (G) Milchreis (M) mit Apfelmark

K= Krebstiere E= Eier

- F= Fisch
- Er= Erdnüsse
- S= Soja
- M= Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- Sc= Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss)
- Se= Sellerie SE= Senf
- Ses= Sesamsamen
- Sch= Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l L- Lupinen
- G= Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)

○ Guten Appetit!