

März 2026

Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Linsenbolognese mit Vollkornspaghetti ^a , Parmesan ^g und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - Apfel	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kaiserschmarrn ^{a,c,g} mit selbstgemachtem Apfelmus - Vollkornnwraps ^a mit Thunfisch ^d und Kräuterfrischkäse ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Mango-Kürbissuppe ^{l,g} und Vollkornbaguette ^a - Mandarinenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornreis mit Hähnchenbrust in Champignonsauce ^g und Rote Beete Salat - Erdbeeren	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Seelachs Fischstäbchen ^{a,d} mit Kartoffeln und Spinat ^g - Selbstgemachtes Schokoeis ^g	Woche vom 02.03.- 06.03.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Tortellini-Pilz-Auflauf ^{a,c,g} - Weintrauben	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüsepudding mit Kräuterquark ^g und gem. Salat mit Kräuterdressing - „Power-Smoothie“ ^g (Bananen, Heidelbeeren)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Wikingertopf ^{g,l} (Geflügelhackbällchen, Kartoffeln, Erbsen und Möhren) - Erdbeerquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vegane Maultaschen mit Gemüsesauce und Romanasalat mit Essig-Öldressing - Bananenbrot ^{a,c,g}	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs ^d in Zitronen-Knoblauchsauce ^g mit Vollkornreis und gem. Salat mit Kräuterdressing - Selbstgemachtes Brombeeryoghurtis ^g	Woche vom 09.03.- 13.03.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^a mit Tomatensauce und gem. Salat (Mais, Möhre; Eisberg) mit Kräuterdressing - Bananen	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüseauflauf ^g (Süßkartoffel, Spitzkohl, Kartoffeln, Möhren) mit Brotcrumble ^{a,g} - Waldbeermilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Paprikacremesuppe ^{g,l} mit Vollkornweizenbaguette ^a - Himbeerquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Hähnchengyros, Vollkornreis, Krautsalat und Tzaziki ^g - Obstsalat (Apfel, Birne, Banane)	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Seelachsragout ^{a,d,g} mit Risi Bisi (Vollkornreis, Erbsen) und Eisbergsalat mit Essig-Öldressing - Selbstgemachtes Kirscheis ^g	Woche vom 16.03.- 20.03.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Vollkornnudeln ^a mit Käsesauce ^g und Tomaten-Gurken-Salat mit Kräuterdressing - Heidelbeeren	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Frikadellen ^{a,c,j} (Rinderhackfleisch) mit Kartoffel-Möhrenstampf ^g und Senf ^l - Erdbeeryoghurt ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Bohneneintopf ^l mit Vollkornbaguette ^a - Bananenquark ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Gemüsepizza ^{a,g} (Zucchini, Paprika, Mais) - Schokopudding ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Lachs ^d in Honig-Senfauce ^l mit Vollkornreis und Eisberg-Gurken- Kichererbsensalat mit Kräuterdressing - Selbstgemachtes Bananeneis ^g	Woche vom 23.03.- 27.03.2026
Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Thunfisch-Gnocchi-Auflauf mit Linsensalat in Essig-Öldressing - Birne	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kartoffelgratin ^g mit gebratener Putenbrust und Eisbergsalat mit Kräuterdressing - Kirsch-Bananenmilch ^g	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Kichererbsencurry (Kokosmilch) mit Vollkornreis - Selbstgemachtes Joghurtis ^g mit Himbeersauce	Rohkost (Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika & Apfel) - Blumenkohlcremesuppe ^{g,l} mit Vollkornweizenbaguette ^a - Mandarinenquark ^g	Karfreitag Kita geschlossen	Woche vom 30.03.- 03.04.2026

Legende: 1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßungsmittel 5) mit Geschmacksverstärker 6) mit Phosphat ^a) Glutenhaltiges Getreide + Erzeugnisse ^b) Krebstiere + Erzeugnisse ^c) Eier + Erzeugnisse ^d) Fisch + Erzeugnisse ^e) Erdnüsse + Erzeugnisse ^f) Soja + Erzeugnisse ^g) Milch und Erzeugnisse ^h) Schalenfrüchte + Erzeugnisse ⁱ) Sellerie + Erzeugnisse ^j) Senf + Erzeugnisse ^k) Sesamsamen + Erzeugnisse ^l) Lupinen + Erzeugnisse ^m) Weichtiere + Erzeugnisse ⁿ) Schwefeldioxid + Sulfite

Wenn nicht anders benannt handelt es sich unter ^a) um Weizen.