

Speiseplan:

Kita's Heide Umland



Heider
Werkstätten
Heide

Wochentag	Gericht I		Gericht II	
Montag 19. Januar 2026	Hähnchenbrust mit Gemüserais und Bratensauce	1,2,3 Frisches Obst	vegetarische Bratwurst mit Gemüserais und Bratensauce	1,2, 3
Dienstag 20. Januar 2026	Fischfilet mit gestovten Möhren und Kartoffeln	1,2,12 Gemüse Sticks	Gestovte Möhren mit Gemüsefrikadelle und Kartoffeln	1,2
Mittwoch 21. Januar 2026	Rinderfrikadelle mit buntem Gemüse in Rahm und Kartoffeln	1,2,3 Frisches Obst	Kaiserschmarrn mit Apfelmus	1,2,3
Donnerstag 22. Januar 2026	Lasagne mit Gemüsesauce	1,2,3 Götterspeise mit Vanillesoße	Vegetarische Lasagne mit Gemüsesauce	1,2,3
Freitag 23. Januar 2026	Tomatensuppe mit Nudeln und Klößchen	10,11 Gemüse Sticks	Tomatensuppe mit Nudeln	10

Verantwortlich:
André Plath/
Küchenleitung

Änderungen und Irrtum möglich

1 Eier, 2 Milch, 3 Gluten, 4 Nüsse, 5 Schalenfrüchte
6 Schwefeldioxid, 7 Lupinen, 8 Sesam, 9 Soja, 10 Sellerie
11 Senf, 12 Fische, 13 Krebstiere, 14 Weichtiere