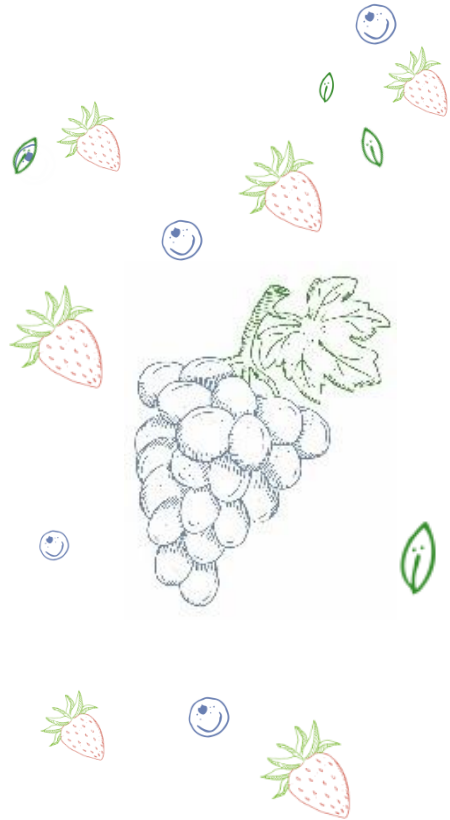


# SPEISEPLAN



## Freitag, 01. Oktober 2021

A	B
Grüne Bohnen Eintopf mit Bauernbrot <small>gw gr m sm sc lu sl</small>	Vegetarisches Schnitzel <small>gw e sj</small> mit Mascaronemöhren <sup>m gw</sup> und Kartoffeln
Apfel-Vanille-Joghurt <sup>m</sup> / Knabbergemüse	Apfel-Vanille-Joghurt <sup>m</sup> / Knabbergemüse

## Montag, 04. Oktober 2021

A	B
Penne <sup>gw</sup> (Röhrennudeln) mit Tomaten-Basilikum-Soße und Reibekäse <sup>m</sup>	Blumenkohl-Käse-Medaillon <sup>gw m</sup> mit Erbsen <sup>m</sup> und Kartoffel-Möhren-Stampf <sup>m</sup>

Obst / Knabbergemüse    Obst / Knabbergemüse

## Dienstag, 05. Oktober 2021

A	B
Kartoffelsuppe <sup>sl</sup> mit Wiener Würstchen (Geflügel)	Vegetarische Paella (Spanische Reispfanne mit Tofustreifen, Erbsen, Paprika) <small>sj g sm</small> mit Kräuterdip <sup>m</sup>
Zitronenjoghurt <sup>m</sup> / Salat / Gemüse	Zitronenjoghurt <sup>m</sup> / Salat / Gemüse

## Mittwoch, 06. Oktober 2021

A	B
Mehlierter Seehecht <sup>gw</sup> mit Rahmspinat <sup>m gw</sup> und Vollkornreis <sup>g sj sm</sup>	Gelbe Linsensuppe <sup>m</sup> mit Sonnenblumenkernbrot <small>gr gw gg gd m sc sl sm</small>

Obst / Salat / Gemüse    Obst / Salat / Gemüse

## Donnerstag, 07. Oktober 2021

A	B
Eierfrikassee <sup>m gw</sup> mit Kartoffeln	Vorsuppe: Brokkolicremesuppe <sup>m</sup> Grießbrei <sup>m gw</sup>
Pflaumenkompott / Salat / Gemüse	Pflaumenkompott / Salat / Gemüse

## Freitag, 08. Oktober 2021

A	B
Herbst-Gemüse Eintopf mit Rindfleisch <sup>sl</sup>	Orientalisches Gemüse (Tomate, Paprika, Aubergine, Zucchini, Aprikosen) mit Couscous <sup>gw</sup> und Minzdip <sup>m</sup>
Stracciatellaquark <sup>m sc</sup> / Salat / Gemüse	Stracciatellaquark <sup>m sc</sup> / Salat / Gemüse

## Herbstferien bis zum 22.10.2021 Montag, 11. Oktober 2021

A	B
Makkaroni <sup>gw</sup> (Röhrennudeln) mit Rindergeschneitzeln in Rahmsauce <sup>m gw</sup> und Gemüsesticks	Gebackener Hirtenkäse <sup>m gw gg gr</sup> mit Paprikagemüse und Bulgur <sup>gw sj sc sm</sup>

Obst / Knabbergemüse    Obst / Knabbergemüse

## Dienstag, 12. Oktober 2021

A	B
Königsberger Klopse <sup>e gw m</sup> (Geflügel) mit Kapernsoße <sup>m gw</sup> und Kartoffeln	Minestrone (Italienische Gemüsesuppe mit Tomate, Erbsen, Bohnen Blumenkohl) <sup>sl</sup> mit Gabelspaghetti <sup>gw</sup>
Rote Beete Rohkost / Obst	Rote Beete Rohkost / Obst

## Mittwoch, 13. Oktober 2021

A	B
Lachs in fruchtiger Currysoße <sup>m gw</sup> mit Erbsen <sup>m</sup> und Reis <sup>g sj sm</sup>	Hausgemachter Linsenteller <sup>gw gd e sj sm</sup> mit Kohlrabi in Soße <sup>m gw</sup> und Kartoffeln
Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse	Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse

## Donnerstag, 14. Oktober 2021

A	B
Tomaten-Nudel-Auflauf <sup>m</sup> <small>gw e</small> mit Sahnesauce <sup>m gw</sup>	Kräuterquark <sup>m</sup> mit Kartoffeln und Gurkensalat
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

## Freitag, 15. Oktober 2021

A	B
Hausgemachte Falafel <sup>gw e sj sm</sup> (Kichererbsenbällchen) mit Tzatziki <sup>m</sup> (Joghurt mit Gurken und Kräutern) und Gemüsecouscous <sup>gw</sup>	Möhreneintopf mit Sesambrot <sup>gr gw sm sc sl sn</sup>
Sahnepudding <sup>m</sup> mit Fruchtsoße / Knabbergemüse	Sahnepudding <sup>m</sup> mit Fruchtsoße / Knabbergemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

**Allergen Deklaration**  
 Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e= Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl= Sellerie | sn=Senf | sm= Sesam | sd= Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere  
**Blau Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.  
 Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!

Freiheit 10, 13597 Berlin  
 Tel.: (030) 36 75 95 - 0  
 www.luna.de

# SPEISEPLAN

## Montag, 18. Oktober 2021

A	B
Spirelli <sup>gW</sup> (Spiralnudeln) mit Soße Bolognese <sup>gd sj sm</sup> und Reibekäse <sup>m</sup>	Tofufrikassee <sup>sj m gW</sup> (Tofustreifen, Möhren, Erbsen, Champignons) mit Bulgur <sup>gW sj sm</sup>
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

## Dienstag, 19. Oktober 2021

A	B
Panierter Seelachs <sup>gW m e sj sl</sup> mit Rahmerbsen <sup>m</sup> und Reis <sup>g sj sm</sup>	Ricotta-Tortellini <sup>m gW</sup> mit Käse-Sahne-Soße <sup>m gW</sup>
Möhren-Orangen-Salat / Obst	Möhren-Orangen-Salat / Obst

## Mittwoch, 20. Oktober 2021

A	B
Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit grünen Bohnen in Soße <sup>m gW</sup> und Kartoffelpüree <sup>m</sup>	Linsencorma <sup>g sj sm sn</sup> (Indischer Eintopf mit Linsen und Süßkartoffeln) mit Sauerrahm <sup>m</sup> und Brötchen <sup>gW n sj m</sup>
Kokosjoghurt <sup>m</sup> / Knabbergemüse	Kokosjoghurt <sup>m</sup> / Knabbergemüse

## Donnerstag, 21. Oktober 2021

A	B
Eier in Senfsoße <sup>m gW</sup> mit Kartoffeln und bunte Blattsalate mit Balsamico Dressing <sup>sn</sup>	Vorsuppe: Grüne Erbsensuppe <sup>m</sup> Milchspeise aus Goldhirse <sup>g sj sn</sup>
Kirschkompott / Knabbergemüse	Kirschkompott / Knabbergemüse

## Freitag, 22. Oktober 2021

A	B
Hausgemachter Tofutaler <sup>sj gW gh e</sup> mit TexMex-Gemüse <sup>m gW sj sc sm</sup> (grüne Bohnen, Kidneybohnen, Mais, Paprika) und Vollkornreis <sup>g sj sm</sup>	Gemüsecremesuppe <sup>m</sup> mit Kürbiskernen und Vollkornbrot <sup>gr gW m sm sc sl lu</sup>
Zitronengrieß <sup>m gW</sup> / Knabbergemüse	Zitronengrieß <sup>m gW</sup> / Knabbergemüse

## Montag, 25. Oktober 2021

A	B
Bunte Schmetterlingsnudeln <sup>gW</sup> mit Gorgonzolasoße <sup>m gW</sup> und Gemüsesticks	Polentatasche <sup>m gW</sup> mit Buttermais <sup>m</sup> und Stampfkartoffeln <sup>m</sup>
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

## Dienstag, 26. Oktober 2021

A	B
Rindergeschnitztes Stroganoff <sup>m gW sj sc sm sn</sup> (Champignons, Gurken) mit Reis <sup>g sj sm</sup>	Vegetarische Bratwurst <sup>sl sj g e m sn</sup> mit Tomaten-Curry-Soße und Kartoffeln
Coleslaw <sup>m</sup> / Obst	Coleslaw <sup>m</sup> / Obst

## Mittwoch, 27. Oktober 2021

A	B
Fischbulette (Kabeljau) <sup>e gW</sup> mit Ratatouille und Vollkornreis <sup>g sj sm</sup>	Tomatensuppe mit Gemüsestreifen <sup>m</sup> (Möhre, Zucchini) und Vollkornbrot <sup>gr gW m sm sc sl lu</sup>
Pfirsichquark <sup>m</sup> / Salat / Gemüse	Pfirsichquark <sup>m</sup> / Salat / Gemüse

## Donnerstag, 28. Oktober 2021

A	B
Hähnchenschnitzel <sup>gW</sup> mit Möhren-Erbsen-Gemüse <sup>m gW</sup> und Kartoffeln <sup>m</sup>	Schmetterlingsnudeln <sup>gW</sup> mit Pesto Verde <sup>m e</sup> (Italienische Kräuterpaste mit Sonnenblumenkernen und Parmesankäse) und Tomatensalat
Obst / Salat / Gemüse	Obst / Salat / Gemüse

## Freitag, 29. Oktober 2021

A	B
Chinapfanne <sup>sj</sup> (Tofustreifen, Zuckerschoten, Bambussprossen) mit Reis <sup>g sj sm</sup>	Gemüsesuppe <sup>sl</sup> mit Sonnenblumenkernbrot <sup>gr gW gd sc</sup>
Schokoladenpudding <sup>m</sup> / Salat / Gemüse	Schokoladenpudding <sup>m</sup> / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

### Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e=Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl=Sellerie | sn=Senf | sm= Sesam | sd=Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere  
**Blaue Buchstaben** weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.  
 Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin  
 Tel.: (030) 36 75 95 - 0  
[www.luna.de](http://www.luna.de)

CUC