

# SPEISEPLAN

CVC



Mittwoch, 01. November 2023

**A**

Panierter Seelachs <sup>gw sm</sup>  
mit **Vollkornreis** <sup>g sj sm sc</sup> und **Möhren** <sup>m</sup>

**B**

Wirsingintopf <sup>m</sup>  
mit **Bauernbrot** <sup>gr gw sm sc sl sn</sup>

Obst / Knabbergemüse

Donnerstag, 02. November 2023

**A**

Eierfrikassee <sup>m gw</sup> mit **Kartoffeln**

**B**

Vorsuppe: **Brokkoli-Cremesuppe** <sup>m gw</sup>  
Ofenschlupfer <sup>g m e sj sm</sup>

Pflaumenkompott / Salat / Gemüse

Freitag, 03. November 2023

Herbstferien bis 03.11.2023

**A**

**Gnocchetti-Gemüse-Gratin** <sup>m gw</sup>

**B**

**Kichererbsencurry** mit **Kokosmilch**  
und **Saaten-Brötchen** <sup>gw gr gh gg m e sj n sc sn</sup>

Birnenquark <sup>m</sup> / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten  
**Änderungen vorbehalten!**



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

Montag, 06. November 2023

**A**

**Penne** <sup>gw</sup> (Röhrennudeln)  
mit **Tomatensoße** <sup>m gw</sup> und **Köttbullar**  
(Geflügel-Hackbällchen) <sup>gw e sn sj m sl</sup>

**B**

Gebackener Frischkäse <sup>m gw gr</sup>  
mit **Paprikagemüse** <sup>m gw</sup> und **Bulgur** <sup>gw</sup>

Obst / Knabbergemüse



Dienstag, 07. November 2023

**A**

**Rindergulasch** <sup>m gw</sup> mit **Kartoffeln** und  
**Gurkensalat** mit **Joghurt-Dressing** <sup>m</sup>

**B**

**Maultaschen** <sup>gw e</sup> in **Gemüsebrühe** <sup>sl</sup>

**Müslijoghurt** mit **Agavendicksaft**

<sup>m g sj sn sm lu</sup> / Salat / Gemüse

Mittwoch, 08. November 2023

**A**

Lachs in **Gurken-Dillsoße** <sup>m gw</sup>  
mit **Vollkornreis** <sup>g sj sm</sup>

**B**

**Süßkartoffelsuppe** <sup>m</sup>  
mit **Sonnenblumenkernen**  
und **Dinkelbrötchen** <sup>gd gw m e sm sc sj</sup>

Möhrenrohkost / Obst



Donnerstag, 09. November 2023

**A**

**Farfalle** (Schmetterlingsnudeln) <sup>gw</sup>  
mit **Kräutersoße** <sup>m gw</sup>

**B**

**Indische Currypfanne** <sup>gw m</sup>  
(Paprika, Blumenkohl, rote Linsen, Paneerkäse)  
mit **Reis** <sup>g sj sm</sup>

Obst / Salat / Gemüse



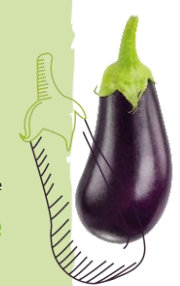
Freitag, 10. November 2023

**A**

**Gemüsecremesuppe** <sup>m sl</sup>  
mit **Bauernbrot** <sup>gw gr m sm sc sl lu</sup>

**B**

**Ratatouille** <sup>m gw</sup>  
(Tomaten, Auberginen, Zucchini, Paprika)  
mit **Hirtenkäse** <sup>m</sup> und **Gnocchetti** <sup>gw e</sup>  
**Schokopudding** <sup>m</sup> / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten  
**Änderungen vorbehalten!**



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

Montag, 13. November 2023

**A**

**Spirelli** <sup>gw</sup>  
mit Paprika-Würstchen-Gulasch  
(Geflügel) <sup>m gw</sup>

**B**

Blumenkohl-Käse-Medaillon <sup>gw gg m</sup>  
mit **grünen Bohnen in Soße** <sup>m gw</sup>  
und **Kartoffeln**

Obst / Salat / Gemüse

Dienstag, 14. November 2023

**A**

**Kartoffelsuppe** <sup>sl</sup>  
mit **Bauernbrötchen** <sup>gw gg n sj m sc sm e</sup>

**B**

**Orientalisches Gemüse**  
(Tomaten, Paprika, Auberginen, Zucchini, Aprikosen)  
mit **Couscous** <sup>gw</sup> und Minzdip

Orangenquark <sup>m</sup> / Salat / Gemüse

Mittwoch, 15. November 2023

**A**

Backfisch <sup>gw sm</sup>  
mit **Rahmspinat** <sup>m gw</sup> und **Reis** <sup>g sj sm</sup>

**B**

**Gelbe Linsensuppe** <sup>m</sup> mit **Kürbiskernen**  
und **Knusperbrötchen** <sup>gw gg n sj m sc sm e</sup>

Obst / Salat / Gemüse

Donnerstag, 16. November 2023

**A**

Eier in **Schnittlauchsoße** <sup>m gw</sup> mit  
**Kartoffeln** und bunter Blattsalat  
mit **Balsamico Dressing** <sup>sn</sup>

**B**

Vorsuppe: **Kürbiscremesuppe** <sup>m</sup>  
**Grießbrei** <sup>m gw</sup>

Rote Grütze / Salat / Gemüse

Freitag, 17. November 2023

**A**

**Hausgemachte Rinderbulette** <sup>gw e sn</sup>  
mit **Rotkohl** und **Kartoffelstampf** <sup>m</sup>

**B**

**Tomatensuppe** mit **Gemüstreifen**  
(Zucchini, Möhre) <sup>m</sup>  
und **Croûtons** (Geröstete Weißbrotwürfel) <sup>gw sl m</sup>

**Stracciatellaquark** (Schokosplitter) <sup>m sc</sup>  
Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten  
**Änderungen vorbehalten!**



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

# SPEISEPLAN

CUC

Montag, 20. November 2023

A

Farfalle <sup>gw</sup> (Schmetterlingsnudeln) mit Rindergeschnetzeltem in Rahmsoße <sup>m gw</sup> und Gemüsesticks

B

Polentatasche <sup>m gw gg gr</sup> mit Tex-Mex-Gemüse und Bulgur <sup>gw</sup>

Obst / Salat / Gemüse



Dienstag, 21. November 2023

A

Königsberger Klopse <sup>e gw m</sup> (Geflügel) mit Kapernsoße <sup>m gw</sup> und Kartoffeln mit Möhren-Apfel-Rohkost

B

Gemüse-Nudel-Suppe <sup>gw</sup> (Möhren, Porree, Erbsen, Bohnen, Blumenkohl, Kohlrabi)

Vanillejoghurt <sup>m</sup> / Salat / Gemüse



Mittwoch, 22. November 2023

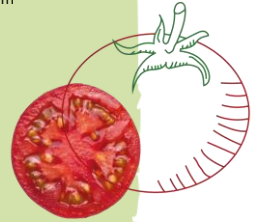
A

Lachs in fruchtiger Currysoße <sup>gw m</sup> mit Reis <sup>g sj sm</sup> und Erbsen

B

Tomaten-Nudel-Auflauf <sup>m gw</sup> mit Basilikum-Rahmsoße <sup>m gw</sup>

Obst / Salat / Gemüse



Donnerstag, 23. November 2023

A

Kartoffeln mit Kräuterquark <sup>m</sup>

B

Hausgemachter Linsentaler <sup>gw gd e sj sm</sup> mit Risi Bisi <sup>g sj sm</sup> (Reis mit Erbsen) und dunkler Soße

Gurkensalat mit Sesam <sup>g sj</sup> / Obst



Freitag, 24. November 2023

A

Falafel (Kichererbsenbällchen) <sup>gw e sj sm</sup> mit Tzatziki <sup>m</sup> (Joghurt mit Gurken und Kräutern) und Gemüse Couscous <sup>gw</sup>

B

Möhren-Eintopf mit Vollkornbrot <sup>gr gw sm sc sl sn</sup>

Vanillepudding <sup>m</sup> / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten  
Änderungen vorbehalten!



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

# SPEISEPLAN

CVC

Montag, 27. November 2023

A

Vollkornspirelli <sup>g e sj</sup> (Spiralnudeln)  
mit Soße Bolognese (Rind) <sup>g d sj sm</sup>  
und Reibekäse <sup>m</sup>

B

Vegetarisches Frikassee <sup>sj m gw</sup>  
(Tofustreifen, Möhren, Erbsen, Champignons)  
mit Vollkornreis <sup>g sj sm sc</sup>

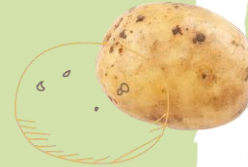
Obst / Knabbergemüse



Dienstag, 28. November 2023

A

Hähnchenbrustfilet  
mit grünen Bohnen  
und Kartoffelpüree <sup>m</sup>



B

Käsespätzle <sup>g m e</sup> mit brauner Soße

Joghurt mit Honey Pops <sup>m</sup>  
Salat / Gemüse

Mittwoch, 29. November 2023

A

Panierter Seelachs <sup>gw sm</sup>  
mit Blumenkohl in Soße <sup>m gw</sup>  
und Reis <sup>g sj sm</sup>



B

Ricotta-Tortellini <sup>m gw</sup>  
mit Kräutersoße <sup>m gw</sup> und  
Eisbergsalat mit Kräutervinaigrette <sup>sn</sup>

Obst / Salat / Gemüse

Donnerstag, 30. November 2023

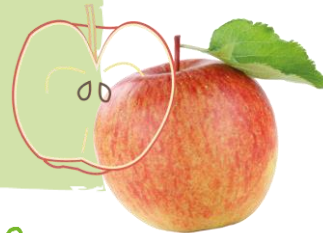
A

Eier in Senfsoße <sup>m gw</sup>  
mit Kartoffeln und Coleslaw <sup>m</sup>

B

Vorsuppe: Grüne Erbsensuppe <sup>m</sup>  
Milchreis <sup>m g sj sm</sup>

Apfelmus / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) VO 2018/848 zu 100% aus Bio-Zutaten  
Änderungen vorbehalten!



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