



3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



Januar 2026

840

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 BÄREN-HUNGER Nach DGE – Qualitätsstandard, das Beste aus der Region Allergene Komponenten	FIT & FUN Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2 Allergene Komponenten	MENÜ 2 KOHL-DAMPF Nach DGE – Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise Allergene Komponenten	
Donnerstag	01.	!!!Neujahr!!! Wir wünschen Euch ein tolles neues Jahr			
Freitag	02.				
Montag	05.	Makkaroni mit Gemüsestreifen Tomaten-Kräuterrahmsoße	ai VB ag VB	Apfel Gemüse	VB VB
Dienstag	06.	Hühnerfrikassee (Hühnerfleisch, Erbse, Möhre, Spargel, Sahne) Reis	acgi G VB	Crème Caramel mit Keksstückchen Gemüse	gv a V VB
Mittwoch	07.	Kartoffelpfanne "Western"-Art (Zwiebel, Brokkoli, Paprika, Bohne, Käse, Kartoffel) Fladenbrot	ag VB ak VB	Weißkrautsalat mit Sonnenblumenkerne	V V
Donnerstag	08.	Paniertes Fischfilet Meerrettich-Senf-Soße Möhren Kartoffeln	ad F agij VB VB	Vanillequark Gemüse	g VB VB
Freitag	09.	Veg. Dönerspaghetti (Spaghetti, veggi Kebab) Kräuter-Knoblauch-Soße Mixsalat	af V acg V V	Pfirsichkompott Gemüse	a VB VB
Montag	12.	Griechische Gemüse-Kartoffeln (Paprika, Aubergine, Zucchini, Zwiebel, Tomate, Bohne, Hirtenkäse) Mildes Tzatziki	g VB V g VB	Milchgrieß Gemüse	ag VB VB
Dienstag	13.	Rinderbulette Grüne Bohnen Bratensoße Kartoffelstampf	ai R VB a V g VB	Clementine Gemüse	VB VB
Mittwoch	14.	Eierkuchen Apfelmus Gemüsesüppchen	acg VB VB agi V	Möhrensalat Sonnenblumenkerne Gemüse	VB VB
Donnerstag	15.	Nudel-Tomaten-Auflauf mit Lachs grüne Kräutersoße	agd F ag V	Süßer Quark mit Honig Gemüse	g VB VB

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe	Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe	BIO
1 mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)	i Sellerie (-Erzeugnisse)		R Rindfleisch	RB
2 mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)	j Senf (-Erzeugnisse)		S Schweinefleisch	SB
3 mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)	k Sesam (-Erzeugnisse)		G Geflügel	GB
5 geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite >10mg/kg/l		F Fisch	FB
6 geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse, einschließlich Laktose)	m Lupinen (-Erzeugnisse)		V vegetarisch	VB
7 gewachst	af Kamut				vegan	
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift	Aus Biologischem Anbau



3 KÖCHE

Zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



Januar 2026

840

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ 1 BÄREN- HUNGER Nach DGE – Qualitäts- standard, das Beste aus der Region	Allergene	Komponenten	FIT & FUN Der Zusatz zu MENÜ 1 und MENÜ 2	Allergene	Komponenten	MENÜ 2 KOHL- DAMPF Nach DGE – Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise	Allergene	Komponenten
Freitag	16.	Gemüse-Käse-Soße Vollkornspätzle Röstzwiebeln	a g a c a	VB VB V	Pflaume Gemüse	 VB				
Montag	19.	Indisches Kokoscurry (Kichererbse, Karotte, Erbse, Kokos, Zwiebel, Sahne, Blumenkohl, Sesam) Vollkornreis	a f g i VB	V VB	Mango-Joghurt-Dessert Gemüse	g VB VB				
Dienstag	20.	Pizza Margharita (Pizzateig, Tomate, Käse)	a g VB	VB VB	Apfel Gemüse	 VB VB				
Mittwoch	21.	Gebratenes Gemüse (Paprika, Tomate, Mais, Zucchini, Zwiebel) Joghurt-Dip Bulgur	a g a	VB VB VB	Beerenjoghurt Gemüse	g VB VB				
Donnerstag	22.	Paniertes Fischfilet Dillsoße Risi Bisi	a d a g VB	F VB VB	Gurkensalat mit Sonnenblumenkerne	 V V	Gemüsestäbchen Dillsoße Risi Bisi	a g a g VB	V VB VB	
Freitag	23.	Vegetarische Carbonarasoße (geräucherter Tofu, Zwiebel, Vollkornpenne	a f g i a	VB VB	Obst des Tages Gemüse	 VB VB				
Montag	26.	Vegetarisches Steak (Milchbasis) Zwiebelsoße Kaisergemüse Vollkornreis	a a d c g a g j VB	V V VB VB	Milchreis Gemüse	g VB VB				
Dienstag	27.	Rindergulasch Paprika-Bohnen-Gemüse Spätzle	a g a c g	RB VB VB	Banane Gemüse	VB VB VB	Tofugulasch Paprika-Bohnen-Gemüse Spätzle	a f g a c g	VB VB VB	
Mittwoch	28.	Überbackene Spinat-Lasagne (Spinat, Weizennudel, Zwiebelwürfel, Sahne, Gouda)	a c g VB	V VB	Tomatensalat Sonnenblumenkerne	 V V				
Dienstag	29.	Gedünsteter Seelachs mit bunten Gemüsestreifen Zitronen-Dill-Soße Farfalle	d i a g a	F V VB	Beerenjoghurt Gemüse	g VB VB	Tofusteak mit bunten Gemüsestreifen Zitronen-Dill-Soße Farfalle	f i a g a	VB V VB	
Freitag	30.	Rührei Rahmspinat Salzkartoffeln	c g a g VB	V VB VB	Clementine Gemüse	 VB VB				

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe		Allergen-Kennzeichnung				Lebensmittelinhaltsstoffe		BIO
1	mit Farbstoff	a Weizen glutenhaltige Getreide(-Erzeugnisse)	c Eier (-Erzeugnisse)		i Sellerie (-Erzeugnisse)	R Rindfleisch		RB
2	mit Konservierungsstoff	ab Roggen	d Fisch (-Erzeugnisse)		j Senf (-Erzeugnisse)	S Schweinefleisch		SB
3	mit Antioxidationsmittel	ac Gerste	r Erdnüsse (-Erzeugnisse)		k Sesam (-Erzeugnisse)	G Geflügel		GB
5	geschwefelt	ad Hafer	f Soja (-Erzeugnisse)		l Schwefeldioxid und Sulfite>10mg/kg/l	F Fisch		FB
6	geschwärzt	ae Dinkel	g Milch (-Erzeugnisse,einschließlich Laktose)		m Lupinen (-Erzeugnisse)	V vegetarisch		VB
7	gewachst	af Kamut				 vegan		
8	mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift	=	Aus Biologischem Anbau