

# 3 KÖCHE

Oktober 2023

352



zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg

Drei Köche GmbH, Bennostraße 2 in 13053 Berlin, Telefon: (030) 99 27 33 2-0  
 Fax: (030) 99 27 33 22-0, E-Mail: kundenservice@drei-koeche.de, Web: www.drei-koeche.de

Änderungen Vorbehalten

Tag	Datum	MENÜ: 1 BÄRENHUNGER Nach DGE-Qualitätsstandard, Das Beste aus der Region nach ohne Schweinefleisch	Allergene	Komponenten	Fit & Fun Der Zusatz zu Menü 1 oder Menü 2	Allergene	Komponenten	MENÜ: 2 KOHLDAMPF Nach DGE-Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise	Allergene	Komponenten
Montag	02.									
Dienstag	03.	<i>Tag der deutschen Einheit</i>								
Mittwoch	04.	<b>Möhreneintopf</b> mit Kartoffelwürfel Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a a ab	VB VB	<b>Apfel</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Ratatouillegemüse</b> (Paprika, Zucchini, Aubergine, Tomate, Zwiebel) Vollkornreis	VEGAN a	g a	V VB
Donnerstag	05.	<b>Bratwurst vom Schwein</b> Bratensoße Sauerkraut Kartoffeln	8 a g j i g	S V VB	<b>Zitronenquark</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Linsen-Eintopf</b> (Linsen, Möhren, Sellerie, Lauch, Kartoffelwürfel) Vollkornbrötchen	VEGAN a g		V VB
Freitag	06.	<b>Nudel-Tomaten-Auflauf</b> mit Lachs grüne Kräutersoße	a g d a g	F V	<b>Rote Bete-Apfel-Salat mit Sonnenblumenkerne</b>	V	<b>Gemüse-Knusperbagel</b> Paprikarahmsauce <b>Ofenkartoffeln</b> mit geriebenem Gouda	a c g a g g		V VB VB
Montag	09.	<b>Gelbe Erbseneintopf</b> (Erbsen, Kartoffel, Karotte, Lauch) Vollkornbrot mit Kürbiskernen	a i a ab	VB VB	<b>Birne</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Vollkorn-Spirelli</b> Spinatsoße	VEGAN a a		V VB
Dienstag	10.	<b>Hähnchenbrust</b> Bratensoße Maisgemüse Kartoffeln	a g j i	G V VB VB	<b>Bananenquark</b>  <b>Gemüse</b>	g VB VB	<b>Grünkohl-Getreide-Bällchen</b> Kräuter-Soße Gemüse-Zartweizen	a a a i		V V VB
Mittwoch	11.	<b>Kartoffelpfanne "Western"-Art</b> (Zwiebel, Brokkoli, Paprika, Bohnen, Käse, Kartoffel) Fladenbrot	a g a k	VB VB	<b>Honigmelone</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Kräuter-Sojarahm-Kohlrabi</b> mit Fingermöhren <b>Backkartoffeln</b>	VEGAN a f		VB VB
Donnerstag	12.	<b>Lasagne "Bolognese"-Art</b> (Rinderhackfleisch, Nudel, Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse, Käse)	a c g i	RB	<b>Panna Cotta</b> <b>Gemüse</b>	g V VB	<b>Mediterrane Gemüsepfanne</b> Ciabatta	VEGAN a i a		V VB
Freitag	13.	<b>Backfisch</b> <b>Meerrettich-Senf-Soße</b> Möhren Kartoffeln	a d a g j i	F V VB VB	<b>Weißkraut-Karotten-Salat mit Sonnenblumenkerne</b>	V	<b>Grünkernragout</b> (Grünkern, Tomate, Zwiebel, Wurzelgemüse) Penne	VEGAN a i a		VB VB
Montag	16.	<b>Kräuterquark</b> Salzkartoffeln Gurkensticks	g	VB VB V	<b>Obst des Tages</b>  <b>Gemüse</b>	VB VB	<b>Mexikanischer Bohneneintopf</b> (Bohne, Tomate, Zwiebel, Mais, Kartoffel, Wurzelgemüse) Brot	VEGAN a i a ad		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			vegane	VB		
8 mit Phosphat	EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten				grüne Schrift = BIO	DE-ÖKO-044	

# 3 KÖCHE

Oktober 2023

352

zeitgemäße Kita- und Schulverpflegung für Berlin und Brandenburg



Drei Köche GmbH, Bennostraße 2 in 13053 Berlin, Telefon: (030) 99 27 33 2-0  
 Fax: (030) 99 27 33 22-0, E-Mail: kundenservice@drei-koeche.de, Web: www.drei-koeche.de

Tag	Datum	MENÜ: 1 BÄRENHUNGER <small>Nach DGE-Qualitätsstandard, Das Beste aus der Region nach</small>		Fit & Fun <small>Der Zusatz zu Menü 1 oder Menü 2</small>		MENÜ: 2 KOHLDAMPF <small>Nach DGE-Qualitätsstandard, die vegetarische und manchmal vegane Weltreise</small>		Änderungen Vorbehalten	
		Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten	Allergene	Komponenten
Dienstag	17.	Geflügel-Wurstgulasch (Geflügeljagdwurst, Tomate, Zwiebel) Vollkornnudeln Reibekäse	a 8 G a VB g VB	Vanillepudding Gemüse	g VB VB	Romanesco-Käse- Sahnesoße Vollkornreis	a g V VB		
Mittwoch	18.	Eierfrikassée Möhren & Erbsen Kartoffelstampf	a c g j V V g VB	Weintrauben Gemüse	VB VB	Gebratenes Gemüse (Paprika, Tomate, Mais, Zucchini, Zwiebel) Kokos-Dip Bulgur	a VB a c VB a VB	VEGAN	
Donnerstag	19.	Rindergeschnetzeltes (Rindfleischwürfel, Zwiebel, Champignon) Spirelli	a RB a c g VB	Mango-Joghurt-Dessert Gemüse	g VB VB	Gemüsepfanne Paprikagemüesoße Reis	a V a VB VB	VEGAN	
Freitag	20.	Gegrilltes Lachsfilet Spinat-Rahm-Soße Salzkartoffeln	a d F a g VB VB	Möhrensalat mit Sonnenblumenkerne	V	Nudeln Gemüse-Soße (Mais, Karotte, Sellerie, Lauch, Zwiebel)	a VB a i VB	VEGAN	
Montag	23.	Tomatensoße Spirelli geriebener Gouda	a i VB a VB g VB	Apfel Gemüse	VB V				
Dienstag	24.	Currywurstscheiben in Ketchup-Soße Ofenkartoffeln	a i 8 G VB	Schokopudding Gemüse	g VB VB				
Mittwoch	25.	Eierkuchen Vanillesoße Gemüsesüppchen	a c g VB a g V a g i V	Banane Gemüse	VB VB				
Donnerstag	26.	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch (Rindfleisch, Bohne, Karotte, Sellerie, Lauch, Kartoffel) Vollkornbaguette	a i RB a VB	Kirschjoghurt Gemüse	g VB VB				
Freitag	27.	Paniertes Fischfilet Dillsoße Kartoffel-Möhren-Püree Gurkensalat	a d F a g VB g VB V	Gurkensalat mit Sonnenblumenkerne	V				
Montag	30.	Vegetarisches Steak (Milchbasis) Zwiebelsoße Kaisergemüse Vollkornreis	a a d c g V a g j V VB VB	Honigmelone Gemüse	VB VB				
Dienstag	31.	<b>HAPPY HALLOWEEN</b>							
		HEXEN Rindergulasch Paprikagemüse Spätzle	a g RB VB a c g VB	Milchreis mit feuerroten Himbeeren 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					vegane	VB
8 mit Phosphat		EU Verordnung über die Kennzeichnung von Lebensmitteln - Alle Speisen können Spuren von Allergenen auslösenden Bestandteilen enthalten						

grüne Schrift = BIO DE-ÖKO-044