

# SPESIPLAN FRÜHSTÜCK & VESPER · ALTERNATIV - ZUCKERREDUZIERT

DE  
ST 00210  
EG



**ALEXMENÜ**

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG		MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
FRÜHSTÜCK	<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Schnittlauch-Hähnchenleberwurst</b> auf streichzarter Butter und Möhrenbrot	<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>1 Geflügelfleischbällchen</b> dazu Hafervollkornbrot mit streichzarter Butter	<b>Geflügellyoner</b> auf streichzarter Butter und Vollkornbrot	FRÜHSTÜCK	<b>Geflügellyoner</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Möhrenbrot	<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>1 Geflügelfleischbällchen</b> dazu Hafervollkornbrot mit streichzarter Butter	<b>Tomaten-Hähnchenleberwurst</b> auf streichzarter Butter und Vollkornbrot
	<b>Gouda</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Edamer</b> auf streichzarter Butter und Möhrenbrot	<b>1 Käsestick</b> dazu Roggenmischbrot mit streichzarter Butter	<b>Butterkäse</b> auf streichzarter Butter und Hafervollkornbrot	<b>Sesam-Knäcke Brot</b> mit Paprika-Frischkäse-Dip		<b>Gouda</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Mini-Brötchen</b> mit Paprika-Frischkäse-Dip	<b>1 Käsestick</b> dazu Roggenmischbrot mit streichzarter Butter	<b>Edamer</b> auf streichzarter Butter und Hafervollkornbrot	<b>Butterkäse</b> auf streichzarter Butter und Vollkornbrot
	<b>Roggen-Knäcke Brot</b> mit Pflaumenmus	<b>1 Cornichon</b> dazu Malzbrot mit streichzarter Butter	<b>Möhren-Frischkäse-Aufstrich</b> auf Maisbrot	<b>Waffelbrot</b> mit Kirschquark-Dip	<b>Waldfrucht-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Weißbrot		<b>Sesam-Knäcke Brot</b> mit Pflaumenmus	<b>1 Cornichon</b> dazu Malzbrot mit streichzarter Butter	<b>Erdbeerkonfitüre</b> auf streichzarter Butter und Maisbrot	<b>Paprika-Frischkäse-Aufstrich</b> auf Dinkel-Sandwichbrot	<b>Kirsch-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Weißbrot
	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>		<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>
VESPER	<b>2 Vollkornkekse</b>	<b>Pfirsich-Maracuja-Konfitüre</b> auf streichzarter Butter und Malzbrot	<b>Haferflocken</b>	<b>1 Reiswaffel natur</b>	<b>Ungesüßte Eierkuchenecke</b> mit Apfelmus	VESPER	<b>1 Reiswaffel natur</b>	<b>Naturjoghurt</b> mit Vollkornkeksen	<b>Haferkissen</b>	<b>Pfirsich-Maracuja-Konfitüre</b> auf streichzarter Butter und Dinkel-Sandwichbrot	<b>Ungesüßte Eierkuchenecke</b> mit Apfelmus
	<b>Geflügel-Paprika-Lyoner</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>1/2 Laugenstange</b>	<b>Mini-Brötchen</b> mit Quark-Gurken-Dip	<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Dinkel-Sandwichbrot	<b>1 Geflügel-Wiener</b>		<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>1/2 Laugenstange</b>	<b>Geflügel-Paprika-Lyoner</b> auf streichzarter Butter und Maisbrot	<b>Roggen-Knäcke Brot</b> mit Quark-Gurken-Dip	<b>1 Geflügel-Wiener</b>
FRÜHSTÜCK	<b>Truthahn-Kräuter-Lyoner</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Geflügel-Paprika-Lyoner</b> auf streichzarter Butter und Möhrenbrot	<b>Hähnchenleberwurst</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>1 Hähnchen nugget</b> dazu Hafervollkornbrot mit streichzarter Butter	<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Vollkornbrot	FRÜHSTÜCK	<b>Geflügel-Paprika-Lyoner</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Hähnchenleberwurst</b> auf streichzarter Butter und Möhrenbrot	<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>1/2 Geflügel-Wiener</b> dazu Hafervollkornbrot auf streichzarter Butter	<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Vollkornbrot
	<b>Edamer</b> auf streichzarter Butter und Vollkorn-Sandwichbrot	<b>Ei-Aufstrich</b> auf Möhrenbrot	<b>Butterkäse</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>Maasdamer</b> auf streichzarter Butter und Hafervollkornbrot	<b>Roggen-Knäcke Brot</b> mit Kräuterquark		<b>1 gekochtes Ei</b>	<b>Sesam-Knäcke Brot</b> mit Tomatencreme-Dip	<b>Gouda</b> auf streichzarter Butter und Roggenmischbrot	<b>Butterkäse</b> auf streichzarter Butter und Hafervollkornbrot	<b>Quark-Gurken-Aufstrich</b> auf Vollkornbrot
	<b>Kirsch-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>Nuss-Nougat-Creme</b> auf streichzarter Butter und Malzbrot	<b>Schnittlauch</b> dazu Maisbrot mit streichzarter Butter	<b>Frischkäse-Aufstrich natur</b> auf Dinkel-Sandwichbrot	<b>Pfirsich-Maracuja-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Weißbrot		<b>Waldfrucht-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>Petersilie</b> dazu Malzbrot mit streichzarter Butter	<b>Nuss-Nougat-Creme</b> auf streichzarter Butter und Maisbrot	<b>Frischkäse-Aufstrich natur</b> auf Dinkel-Sandwichbrot	<b>Erdbeer-Quark-Aufstrich</b> auf streichzarter Butter und Weißbrot
	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>		<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>	<b>Gemischter Obst- und Gemüsekorb</b>
VESPER	<b>2 Haferkekse</b>	<b>Waffelbrot</b> mit Apfelmus	<b>Knusper-Müsli</b>	<b>2 Vollkornkekse</b>	<b>Milchbrötchen</b>	VESPER	<b>2 Haferkekse</b>	<b>Milchbrötchen</b>	<b>Cornflakes</b> ungesüßte Maisflakes	<b>Waffelbrot</b> mit Apfelmus	<b>Tomaten-Frischkäse-Aufstrich</b> und Weißbrot
	<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>1 Käsestick</b>	<b>Geflügellyoner</b> auf streichzarter Butter und Maisbrot	<b>Mini-Brötchen</b> mit Tomatencreme-Dip	<b>Putensalami</b> auf streichzarter Butter und Weißbrot		<b>Geflügeljagdwurst</b> auf streichzarter Butter und Kartoffelbrot	<b>1 Geflügelfleischbällchen</b> dazu Malzbrot auf streichzarter Butter	<b>Mini-Brötchen</b> mit Kräuterquark	<b>Geflügellyoner</b> auf streichzarter Butter und Dinkel-Sandwichbrot	<b>1 Käsestick</b>

Stand: Dezember 2024

## WUSSTEN SIE SCHON?

**PERFEKTE GRUNDLAGE**

Wir achten auf eine gesunde Zusammensetzung unserer Komponenten. Aus diesem Grund besteht unsere streichzarte Butter aus Butter, verfeinert mit Rapsöl. Dadurch ist diese ernährungsphysiologisch hochwertiger.

**FRISCHE BEILAGEN ZUM FRÜHSTÜCK**

Zu jedem Frühstück liefern wir leckeres Obst und Gemüse. Somit startet Ihr Kind gut versorgt mit Vitaminen und Mineralstoffen in den Tag!

**FRÜHSTÜCK & VESPER SELBST BASTELN**

Um die Selbstständigkeit der Kinder im Umgang mit Lebensmitteln zu fördern, bieten wir neben unseren fertig belegten Frühstücks- und Vesperplatten auch Frühstück und Vesper zum Selberschmieren an.

## INFOS ZUM BASTELFRÜHSTÜCK

Freitags gibt es zum Bastelfrühstück Brötchen statt Brot bzw. Knäcksbrot.  
folgende Brötchen je nach Woche: Woche 🍀 & ❤️ Weizenbrötchen A(a,b) 🍀 & 🌞 Mehrkornbrötchen (A,a,b,c,d),G,K

**Allergene:** A Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse a) Weizen b) Roggen c) Hafer d) Gerste l B Krebstiere und Erzeugnisse l C Eier und Erzeugnisse l D Fisch und Erzeugnisse l E Erdnüsse und Erzeugnisse l F Soja und Erzeugnisse l G Milch und Milcherzeugnisse l H Schalenfrüchte e) Mandeln f) Haselnüsse g) Walnüsse h) Kaschunüsse i) Pecanüsse j) Paranüsse k) Pistazien l) Macadamia oder Queenslandnüsse l Sellerie und Erzeugnisse l J Senf und Erzeugnisse l K Sesamsamen und Erzeugnisse l L Schwefeldioxid und Sulfite l M Lupine und Erzeugnisse l N Weichtiere und Erzeugnisse l Alle Speisen können Spuren der o.g. Allergene, außer Lupinen, Weichtiere und deren Erzeugnisse enthalten. Zusatzstoffe: 1 Farbstoff l 2 Konservierungsstoff l 3 Antioxidationsmittel l 5 geschwefelt l 6 geschwärzt l 7 Phosphat l 8 Süßungsmittel l 9 enthält eine Phenylalaninquelle l Es ist möglich, dass die Schale bestimmter Obst- oder Gemüsesorten

