



Speisekarte

www.sander-kanteenie.com



Speisekarte KW 21

Für die Woche vom:

24.05.2021

28.05.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

Vegetarisches Knusperschnitzel auf Sojabasis mit Tomatenreis und Erbsen-Möhrengemüse

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

1

Kartoffel-Gemüserösti mit Sour Cream und Salat

Gluten (Hafer), Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulphit, Sellerie, Senf

3

Chili sin Carne mit Bohnen, Sour Cream und Bio-Fairtrade-Vollkornreis

Sojabohnen, Milch (Lactose)

Bio-Vollkornpenne mit vegetarischer Carbonarasauce

Gluten (Weizen), Sojabohnen

Fit-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Vollkost



Putenköfte mit dunkler Sauce, Erbsen-Möhrengemüse und Bio-Kartoffelpüree

Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Eier, Senf, Sellerie



Spätzle mit Spinat und Tomaten-Rinderragout

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)



Paniertes Putenbrustschnitzel mit Champignonrahm und Backofen-Frites

Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose) Sesam



Geschnetzelte Hühnchenbrust in Käsesauce mit Zucchini, dazu Bio-Vollkornreis

Milch (Lactose)



Bio-Fusilli mit Lachsauce

Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)

1

Gluten-, Laktosefrei

Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi

Eier, Sojabohnen, Senf

Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce

Mildes Süßkartoffel Tikka Masala mit Kokosmilch und Basmatireis

Sojabohnen, Senf

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Gergrillter Seelachs in Senfsauce mit Brokkoli und Möhren

Fisch, Senf Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)

3, 11

Obstkorb

Sahnepudding Schoko

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 22

Für die Woche vom:

31.05.2021

04.06.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

Asiatische Bio-Mienudeln mit gebratenem Gemüse und süß-saurer Sauce

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Senf

Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Bio-Vollkornpenne-Broccoli-Auflauf mit Bio-Rahmsauce

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce und Bio-Reibekäse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

LAHMACUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)



DE-ÖKO-003

Vollkost



Currywurst vom Schwein mit Backofen-Frites

Senf
3, 8



Pfannengulasch vom Rind mit Wurzelgemüse und Gnocchi

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen



Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und Bio-Vollkornreis, dazu Sour Cream

Milch (Lactose)



Seelachs-Filet mit Remoulade und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Senf, Eier, Milch (Lactose)



Puten-Käse-Medaillons mit Gemüserahmsauce und Spaghetti

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Eier

Gluten-, Laktosefrei

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Eier, Sojabohnen

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüseis

Sojabohnen, Senf

Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Fisch, Sojabohnen

Fruchtige Linsenbolognese mit Kartoffelnocken

Eier, Sellerie,

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)
3, 11

Obstkorb

Pfirsich-Aprikosen-Pudding

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 23

Für die Woche vom:

07.06.2021

11.06.2021

Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Spanische Würzkartoffeln mit Salat und grüner Sauce

Klare Gemüsesuppe und Pancakes mit Vanillesauce und Apfelragout

Goudakäseschnitzel mit Leipziger Allerlei, Bio-Sahnesauce und Bio-Vollkornreis

Krosse Soja-Nuggets auf Dinkelreis mit leckerem Dip

Bio-Spirelli mit Gemüse-Bolognese und Reibekäse

Eier, Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gluten, (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Dinkel), Sojabohnen
Senf, Eier

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie

3

1, 2

Vollkost



Putengeschnetzeltes mit Champignons, dazu Langkornreis

Geschnetzelte Putenbrust in fruchtiger Tomaten-Gemüsesauce, dazu Bio-Vollkornnudeln

Seelachs-Backfisch-Filet mit Bio-Blattspinat und Dampfkartoffeln

Putenbrustmedaillon mit Rahmsauce, Marktgemüse und Couscous

Bio-Spirelli mit Bolognese vom Rind mit Reibekäse

Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Gluten (Weizen)

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)

Gluten-, Laktosefrei

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Nudeln a la Bolognese vom Rind

Sojabohnen

Sojabohnen

Fisch, Sojabohnen

Eier, Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Vanillepudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
3, 11

Milch (Lactose)
1

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit
3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 24

Für die Woche vom:

14.06.2021

18.06.2021

Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



DE-ÖKO-003

Penne-Veggi-Bologneseauflauf mit Gemüse und Käse überbacken

Vegetarische Knuspernuggets mit Bio-Vollkornreis und fruchtiger Tomatensauce

Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Bunte Tortellini mit vegetarischer Füllung, dazu Tomaten-Basilikumsauce und Reibekäse

Ofenfrische geriebene Reibekuchen mit Apfelmus

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen, Sellerie

Gluten (Weizen), Sojabohne

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Eier, Schwefeldioxid/ Sulphit

3

Vollkost



Gebackenes Seelachsfilet mit Marktgemüse, frischem Kartoffelpüree und Sauce

Rinderfrikadelle mit dunkler Sauce, Bio-Wirsinggemüse und Spätzle

Paniertes Putenbrustschnitzel mit Rahmsauce, Gartengemüse und Backofen-Kroketten

Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Bio-Vollkornreis

Rindfleisch-Rahmtopf mit Champignons und Gurke, dazu Hörnchennudeln

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fisch

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Senf, Sellerie

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf, Soja

Gluten (Weizen), Senf, Milch (Lactose)

Gluten- Laktosefrei

Gebratenes Putenmedaillon mit Gemüse und Kartoffelstampf

Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsengemüse

Buntes Grillgemüse mit Paprika, Auberginen und Zucchini mit Gemüserais

Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce

Gergrillter Seelachs in Senfsauce mit Brokkolireis und Möhren

Sojabohnen, Sellerie, Senf

Fisch, Senf Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Sahne-Pudding-Karamell

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)

3, 11

Milch (Lactose)

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein

Neu!

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 25

Für die Woche vom:

21.06.2021

25.06.2021

Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Tomatensuppe und feiner Milchreis mit roter Grütze

Romanesco-Gemüse-Knöpflepfanne mit Käserahmsauce

Mini-Rollen mit China-Sauce und Bio-Vollkornreis

Bio-Spaghetti mit fruchtiger Linsen-Bolognese und Reibekäse

Vegetarischer Bratling auf Sojabasis mit milder Currysauce und Würzkartoffeln

Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/ Sulphit

11

1

Vollkost



Zartes Hähnchenbrustfilet mit Paprikarahm und Bio-Knöpfele

Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln

Dunkle Rinderhackfleischsauce mit Bio-Vollkorn-Spirelli

Fit-Pizza Flammkuchen mit Rahm, Speck und Zwiebeln

Hühnchengeschnetzeltes mit Champignons und Erbsen-Reis

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Milch (Lactose), Senf

2, 3

Gluten- Laktosefrei

Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Tomatenreis mit Bolognese vom Rind und Kohlrabi-Erbsengemüse

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Eier, Senf, Sojabohnen

Fisch, Sojabohnen

Eier, Sojabohnen

Sellerie

Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Waldfrucht-Pudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)

3, 11

Milch (Lactose)

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.

Speisekarte KW 26

Für die Woche vom:

28.06.2021

02.07.2021

Vegetarisch

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse gefüllt, dazu Bio-Rahmerbsen

Gemüseburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Bio-Vollkornpenne-Bio-Rahmhöhren-Gratin

Bio-Spaghetti mit Bio-Basilikum-Tomatensauce und Bio-Reibekäse

Chili sin Carne mit Sour Cream und Bio-Vollkornreis

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Milch (Lactose), Sojabohnen

Vollkost



Hähnchen-Currygeschnetzeltes mit Apfel und Ananas, dazu Basmatireis

Rindfleischburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Schweinegulasch mit Pilzen dazu Bio-Vollkornnudeln und buntes Gemüse

Knusprige Seelachsfilet-Kibbelinge mit Bio-Salzkartoffeln und Remoulade

Putengyrospanne mit Zwiebeln, Weißkohl, Bio-Vollkornreis und Dip

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Senf

Fisch, Eier, Milch (Lactose), Senf

Milch (Lactose)

Gluten-, Laktosefrei

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüsereis

Nudeln a la Bolognese vom Rind

Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Risi Bisi

Fruchtige Linsenbolognese mit Kartoffelnocken

3

Sojabohnen, Senf

Sojabohnen, Senf

Eier, Sellerie,

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Vanillepudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)

3, 11

Milch (Lactose)

1

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein

Neu!

Neues Produkt

Die Speisekartengestaltung ist angelehnt an Vorgaben des Instituts für Kinderernährung Dortmund sowie der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100g verzehrfertige Komponenten. Deklaration der Zusatzstoffe und Nährwerte / Allergene sowie Dessert/ Salat siehe Liste * Die Nährwerte dieses Gerichtes sind ohne Brot oder Brötchen / ohne Zimt und Zucker berechnet/ (G)= Geflügel (R)= Rindfleisch (S) Schwein (F)= Fisch. Die Buchstaben stehen unter den Gerichten weisen die Allergene aus. Die Zahlen weisen die Zusatzstoffe aus. Erläuterung siehe Aushang.