



## Unternehmen & Mitarbeitenden Essen

**KW 43 19.10.2026 - 23.10.2026**

|                                    | Menü 1                                                                                                                       | Menü 2                                                                                                             |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b><br><b>19.10.</b>     | Wok-Gemüse-Pfanne f<br>mit Soja f<br>(Karotten, Zuckerschoten, Bambus, Paprika)<br>Reis<br>Obst                              | Schweineschnitzel paniert a1,c<br>vegetarische Bratensoße<br>Kartoffelsalat<br>Obst                                |
| <b>Dienstag</b><br><b>20.10.</b>   | Vollkornspaghetti a1<br>Gemüsesoße,i (Karotte, Sellerie)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, g<br>Buttermilchdessert Mango | Vollkornspaghetti a1<br>Hackfleischsoße (Rind)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, g<br>Buttermilchdessert Mango |
| <b>Mittwoch</b><br><b>21.10.</b>   | Hausgemachtes<br>Blumenkohl- Käse- Medaillon a1,g<br>Kartoffeln<br>Obst                                                      | Rinderroulade<br>braune Soße<br>Rotkraut<br>Kartoffeln<br>Obst                                                     |
| <b>Donnerstag</b><br><b>22.10.</b> | Falafelbällchen a1<br>Zitronen- Dill- Soße a1,g<br>Vollkornnudeln a1<br>Salat, Dressing<br>Fruchtjoghurt g                   | gebratener Keta-Wildlachs MSC a1<br>Zitronen- Dill- Soße a1,g<br>Nudeln a1,c<br>Salat, Dressing<br>Fruchtjoghurt g |
| <b>Freitag</b><br><b>23.10.</b>    | gebratene Gnocchi a1<br>Zucchini cremesoße a1,g<br>Obst                                                                      | Putensteak "Hawaii" a1,g<br>Rahmsoße a1,g<br>Kartoffel Rösti<br>Obst                                               |

**AWOKADO**  
Zeppelinstr. 6 76275 Ettlingen  
Telefon: 07243 - 3240883 E-Mail: awokado@awo-karlsruhe.de



**Grün umrandete Komponenten stammen aus biologischem Anbau**  
(Komponenten für Sonderkostformen können abweichen)  
**Kontrollstelle: DE-ÖKO-007**



## Speiseplan

### Horte

19.10.2026 – 23.10.2026

Eine Menülinie unserer Mittagsverpflegung hat eine DGE-Zertifizierung erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft und mit diesem Logo ausgezeichnet.



|                          | Vollkost                                                                                                                                                                                                                                                      | Vegetarische Kost                                                                                                                                                                          |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag<br><br>19.10.     | x                                                                                                                                                                                                                                                             | Ebly-Gemüse-Pfanne<br>(Karotten, Erbsen, Paprika)<br>Tomatensoße a1,g <br><div>Obst</div>               |
| Dienstag<br><br>20.10.   | Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika)<br><div>Vollkornspaghetti a1</div><br>Hackfleischsoße (Rind)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, <br>Buttermilchdessert Mango | Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika)<br><div>Vollkornspaghetti a1</div><br>Gemüsesoße,i (Karotte, Sellerie)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, g<br>Buttermilchdessert Mango    |
| Mittwoch<br><br>21.10.   | x                                                                                                                                                                                                                                                             | Hausgemachtes<br>Blumenkohl-Käse-Medaillon a1,g<br><div>Kräutersoße a1,g</div><br>Kartoffeln <br>Obst |
| Donnerstag<br><br>22.10. | Gebratener Keta-Wildlachs MSC a1<br>Spinat-Frischkäsesoße a1,g<br>Kartoffelstampf<br>Blattsalat, Kräuterdressing<br>Fruchtojoghurt g                                       | Falafelbällchen a1<br>Spinat-Frischkäsesoße a1,g<br>Kartoffelstampf<br>Blattsalat, Kräuterdressing<br>Fruchtojoghurt g                                                                     |
| Freitag<br><br>23.10.    | x                                                                                                                                                                                                                                                             | <div>Gebratene Gnocchi a1</div><br><div>Zucchini cremesoße a1,g</div><br><div>Obst</div>              |

Grün umrandete Komponenten stammen aus biologischem Anbau  
 (Komponenten für Sonderkostformen können abweichen)  
 Kontrollstelle: DE-ÖKO-007



AWOKADO TEL. 07243-3240883

Änderungen vorbehalten



## Kindertagesstätten

### 19.10.2026 – 23.10.2026

Eine Menülinie unserer Mittagsverpflegung hat eine DGE-Zertifizierung erhalten. Basis der Zertifizierung ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“. Die Einhaltung der Kriterien wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) überprüft und mit diesem Logo ausgezeichnet.



|                      | Vollkost                                                                                                                                                                      | Vegetarische Kost                                                                                                                                                                        | Essanfänger *                                                                                                         |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag<br>19.10.     | X                                                                                                                                                                             | Ebly-Gemüse-Pfanne<br>(Karotten, Erbsen, Paprika)<br>Tomatensoße a1,g<br><div>Obst</div>                                                                                                 | Ebly-Gemüse-Pfanne<br>(Karotten, Erbsen, Paprika)<br>Tomatensoße a1,g<br><div>Obst</div>                              |
| Dienstag<br>20.10.   | Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika)<br><div>Vollkornspaghetti a1</div><br>Hackfleischsoße (Rind)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, g<br>Buttermilchdessert Mango | Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika)<br><div>Vollkornspaghetti a1</div><br>Gemüsesoße, i (Karotte, Sellerie)<br>Endiviensalat mit Joghurtdressing, g<br>Buttermilchdessert Mango | Gurkensticks<br><div>Vollkornspaghetti a1</div><br>Hackfleischsoße (Rind)<br>Buttermilchdessert Mango                 |
| Mittwoch<br>21.10.   | X                                                                                                                                                                             | Hausgemachtes<br>Blumenkohl-Käse-Medaillon a1,g<br>Kräutersoße a1,g<br><div>Kartoffeln</div><br>Obst                                                                                     | Hausgemachtes<br>Blumenkohl-Käse-Medaillon a1,g<br>Kräutersoße a1,g<br><div>Kartoffeln</div><br>Obst                  |
| Donnerstag<br>22.10. | Gebratener Keta-Wildlachs MSC a1<br>Spinat- Frischkäsesoße a1,g<br>Kartoffelstampf g<br>Blattsalat, Kräuterdressing<br>Fruchtjoghurt g                                        | <div>Falafelbällchen a1</div><br>Spinat- Frischkäsesoße a1,g<br>Kartoffelstampf g<br>Blattsalat, Kräuterdressing<br>Fruchtjoghurt g                                                      | Gedünsteter Keta-Wildlachs MSC a1<br>Spinat- Frischkäsesoße a1,g<br>Kartoffelstampf g<br>Romanesco<br>Fruchtjoghurt g |
| Freitag<br>23.10.    | X                                                                                                                                                                             | <div>Gebratene Gnocchi a1</div><br><div>Zucchini cremesoße a1,g</div><br><br>Obst                                                                                                        | <div>Gebratene Gnocchi a1</div><br><div>Zucchini cremesoße a1,g</div><br><br>Obst                                     |

Grün umrandete Komponenten stammen aus biologischem Anbau  
(Komponenten für Sonderkostformen können abweichen)  
Kontrollstelle: DE-ÖKO-007

\* Die Menükomponente "Essanfänger" wird für die besonderen Bedürfnisse der Kinder von 10 – 18 Monate angeboten. Das Essen ist an die zertifizierte Menülinie der DGE angelehnt und kann nicht für Kinder ab 3 Jahren bestellt werden.

AWOKADO TEL. 07243-3240883

Änderungen vorbehalten





|                                                                                           | Kennzeichnungselement                                             | Bemerkung                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                         | "mit Farbstoff"                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 2                                                                                         | "mit Konservierungsstoff"                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 3                                                                                         | "mit Antioxidationsmittel"                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 4                                                                                         | "mit Geschmacksverstärker"                                        |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 5                                                                                         | "mit Phosphat"                                                    | bei Fleisch und Fleischerzeugnissen                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                        |
| 6                                                                                         | "mit Stärke"                                                      | bei Fleisch und Fleischerzeugnissen                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                        |
| 7                                                                                         | "mit Milcheiweiß"                                                 | bei Fleisch und Fleischerzeugnissen                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                        |
| 8                                                                                         | "geschwärzt"                                                      |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 9                                                                                         | "geschwefelt"                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 10                                                                                        | "mit Süßungsmittel(n) bzw. mit einer Zuckerart und Süßungsmittel" | Bei Verwendung von Zuckeraustauschstoffen und/ oder Süßungsmitteln; <b>bei Aspartan zusätzlich:</b> "enthält eine Phenylalaninquelle" <b>bei &gt;100g/kg:</b> "kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken" | neu nach LMIV: " mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) wenn beides enthalten für Aspartam: wenn Aspartam in der ZL mit der E-Nr. genannt ist, muss "enthält Aspartam eine Phenylalaninquelle)" erscheinen |
| 11                                                                                        | "coffeinhaltig"                                                   | bei Erfrischungsgetränken                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                        |
| 12                                                                                        | "chininhaltig"                                                    | bei Bittergetränken                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                        |
| 13                                                                                        | "gewachst"                                                        | bei Zitrusfrüchten                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                        |
| 14                                                                                        | "konserviert mit Triabendazol"                                    | bei Zitrusfrüchten                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                        |
| 15                                                                                        | "nach der Ernte behandelt"                                        | bei Verwendung von Chlorprophan, Imazalin, Thiabendazol zur Haltbarkeitsverlängerung                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                        |
| 16                                                                                        | "bestrahlt" oder "mit ionisierenden Strahlen behandelt"           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| 17                                                                                        | "tiefgefroren", "tiefgekühlt"                                     | für Tiefkühlkost                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                           |                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| a                                                                                         | Glutenhaltiges Getreide                                           | a1 Weizen, a2 Roggen, a3 Gerste a4 Hafer, a5 Dinkel, a6 Khorasan-Weizen                                                                                                                                       | und daraus hergestellte Erzeugnisse                                                                                                                                                                    |
| b                                                                                         | Krebstiere                                                        |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| c                                                                                         | Eier                                                              | Vorsorglich alle Geflügeleier                                                                                                                                                                                 | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| d                                                                                         | Fische                                                            |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| e                                                                                         | Erdnüsse                                                          |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| f                                                                                         | Soja                                                              |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| g                                                                                         | Milch                                                             |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse auch Lactose                                                                                                                                                          |
| h                                                                                         | Schalenfrüchte (=Nüsse)                                           | <b>h1</b> Mandeln, <b>h2</b> Haselnüsse, <b>h3</b> Walnüsse, <b>h4</b> Kaschunüsse, <b>h5</b> Pecannüsse, <b>h6</b> Paranüsse, <b>h7</b> Pistazien, <b>h8</b> Macadamia- oder Queenslandnüsse                 | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
|                                                                                           |                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                           |                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                           |                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |
| i                                                                                         | Sellerie                                                          |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| j                                                                                         | Senf                                                              |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| k                                                                                         | Sesam                                                             |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| l                                                                                         | Schwefeldioxid und Sulfite                                        | wenn >10mg/kg oder 10mg/l                                                                                                                                                                                     | Trockenfrüchte, Wein                                                                                                                                                                                   |
| m                                                                                         | Lupine                                                            |                                                                                                                                                                                                               | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| n                                                                                         | Weichtiere                                                        | Anm.: das sind z.B. Muscheln, Schnecken, Tintenfische, Austern                                                                                                                                                | und daraus gewonnene Erzeugnisse                                                                                                                                                                       |
| <b>Zusätzlich können folgende Allergene in Spuren enthalten, stehen in Klammer (....)</b> |                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |