AWOKADO
ZUSAMMEN LECKER ESSEN

Unternehmen & Mitarbeitenden Essen

KW 49 30.11.2026 - 04.12.2026

	Menü 1	Menü 2
Montag **30.11.**	Linsen Gemüse Ragout (Rote Linsen, Karotten, Lauch, Tomaten, Kokosmilch) Vollkornreis Karottensalat k Obst	Currywurst (Schwein) 5,j Kartoffel-Wedges a1 Coleslaw Salat 2,3,c,g Obst
Dienstag **01.12.**	Chili sin Carne f (Soja, Zucchini, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g	Chili con Carne (Rindfleischwürfel, Mais, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g
Mittwoch **02.12.**	3 Pfannkuchen a1,c,g Blumenkohl in Cremesoße a1,g Obst	Nürnberger Rostbratwürstchen Sauerkraut Kartoffelpüree g Obst
Donnerstag **03.12.**	2 Stück Spinat-Dinkel-Plätzchen a1,a5,c,g Cremesoße mit Zucchini-Tomatenwürfel a1,g Kartoffeln Fruchtjoghurt g	Alaska-Seelachs Natur MSC a1 Cremesoße mit Zucchini-Tomatenwürfel a1,g Kartoffeln Fruchtjoghurt g
Freitag **04.12.**	Kartoffelsuppe a1,g Dampfnudel a1,g Vanillesoße 1,g Obst	Hähnchenbrustfilet gebraten Cremesoße a1,g Kartoffelstampf g Bohnen-Karottengemüse Obst

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

BIO nach EG-Öko-Verordnung

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

Speiseplan

Horte

30.11.2026 – 04.12.2026

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 **30.11.**	x	Linsen Gemüse Ragout (Rote Linsen, Karotten, Lauch, Tomaten, Kokosmilch) Vollkornreis Karottensalat k Obst
Dienstag **01.12.**	Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika) Chili con Carne (Rindfleischwürfel, Mais, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g	Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika) Chili sin Carne f (Soja, Zucchini, Tomaten Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g
Mittwoch **02.12.**	x	2 Pfannkuchen a1,c,g Blumenkohl in Cremesoße a1,g Obst
Donnerstag **03.12.**	Alaska-Seelachs Natur MSC a1 Kräutersoße a1,g Kartoffeln Salat, Dressing Fruchtjoghurt g	1 Stück Spinat-Dinkel-Plätzchen a1,a5,c,g Cremesoße mit Zucchini-Tomatenwürfel a1,g Kartoffeln Salat, Dressing Fruchtjoghurt g
Freitag **04.12.**	x	Kartoffelsuppe a1,g Dampfnudel a1,g Vanillesoße 1,g Obst

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

AWOKADO TEL. 07243-3240883

Änderungen vorbehalten

Kindertagesstätten
30.11.2026 - 04.12.2026

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 **30.11.**	x	Linsen Gemüse Ragout (Rote Linsen, Karotten, Lauch, Tomaten, Kokosmilch) Vollkornreis Karottensalat k Obst	Gemüse Ragout (Karotten, Lauch, Tomaten, Kokosmilch) Vollkornreis Obst
Dienstag **01.12.**	Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika) Chili con Carne (Rindfleischwürfel, Mais, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g	Rohkost (Gurken, Tomaten, Karotten, Paprika) Chili sin Carne f (Soja, Zucchini, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g	Gurkensticks Chili con Carne (Rindfleischwürfel, Mais, Tomaten, Kidneybohnen) Dinkel- Vollkornbrötchen a1,a3,a4,a5,k (f,g,h1-h8) Grießpudding g
Mittwoch **02.12.**	x	2 Pfannkuchen a1,c,g Blumenkohl in Cremesoße a1,g Obst	1 Pfannkuchen a1,c,g Blumenkohl in Cremsoße a1,g Obst
Donnerstag **03.12.**	Alaska-Seelachs Natur MSC a1 Kräutersoße a1,g Kartoffeln Salat, Dressing Fruchtjoghurt g	1 Stück Spinat-Dinkel-Plätzchen a1,a5,c,g Cremesoße mit Zucchini-Tomatenwürfel a1,g Kartoffeln Fruchtjoghurt g	Alaska-Seelachs Natur MSC a1 Kräutersoße a1,g Kartoffeln Romanesco Fruchtjoghurt g
Freitag **04.12.**	x	Kartoffelsuppe a1,g Dampfnudel a1,g Vanillesoße 1,g Obst	Kartoffelcremesuppe a1,g (Karotten, Sellerie, Lauch) Dampfnudel a1,g Obst

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

***** Die Menükomponente "Essanfänger" wird für die besonderen Befürfnisse 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

AWO Karlsruhe gemeinnützige GmbH

Allergene, Zusatzstoffe

	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; **bei Aspartan zusätzlich**: "enthält eine Phenylalaninquelle" **bei >100g/kg:** "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)	**h1** Mandeln, **h2** Haselnüsse, **h3** Walnüsse, **h4** Kaschunüsse, **h5** Pecannüsse, **h6** Paranüsse, **h7** Pistazien, **h8** 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
Zusätzlich können folgende Allergene in Spuren enthalten, stehen in Klammer (….)			

Stand 08/2025