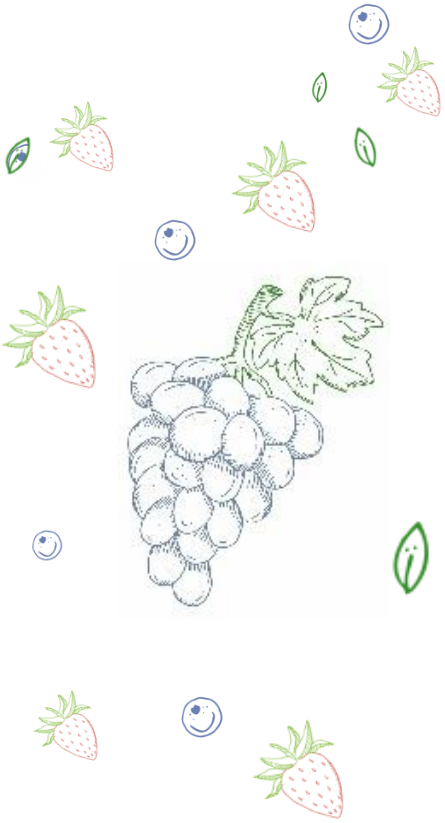
SPEISEPLAN



Freitag, 01. Oktober 2021	
A	**B**
Grüne Bohnen Eintopf mit Bauernbrot gw gr *m sm sc lu sl*	Vegetarisches Schnitzel gw e sj mit Mascarponemöhren m gw und Kartoffeln
Apfel-Vanille-Joghurt m / Knabbergemüse	Apfel-Vanille-Joghurt m / Knabbergemüse

Montag, 04. Oktober 2021	
A	**B**
Penne gw (Röhrennudeln) mit Tomaten-Basilikum-Soße und Reibekäse m	Blumenkohl-Käse-Medaillon gw m mit Erbsen m und Kartoffel-Möhren-Stampf m
Obst /Knabbergemüse	Obst /Knabbergemüse
Dienstag, 05. Oktober 2021	
A	**B**
Kartoffelsuppe sl mit Wiener Würstchen (Geflügel)	Vegetarische Paella (Spanische Reispfanne mit Tofustreifen, Erbsen, Paprika) sj *g sm* mit Kräuterdip m
Zitronenjoghurt m/ Salat / Gemüse	Zitronenjoghurt m/ Salat / Gemüse
Mittwoch, 06. Oktober 2021	
A	**B**
Mehlierter Seehecht gw mit Rahmspinat m gw und Vollkornreis *g sj sm*	Gelbe Linsensuppe m mit Sonnenblumenkernbrot gr gw gg gd *m sc sl sm*
Obst / Salat / Gemüse	Obst / Salat / Gemüse
Donnerstag, 07. Oktober 2021	
A	**B**
Eierfrikassee m gw mit Kartoffeln	Vorsuppe: Brokkolicremesuppe m Grießbrei m gw
Pflaumenkompott / Salat / Gemüse	Pflaumenkompott / Salat / Gemüse
Freitag, 08. Oktober 2021	
A	**B**
Herbst-Gemüseeintopf mit Rindfleisch sl	Orientalisches Gemüse (Tomate, Paprika, Aubergine, Zucchini, Aprikosen) mit Couscous gw und Minzdip m
Stracciatellaquark m *sc* / Salat / Gemüse	Stracciatellaquark m *sc* / Salat / Gemüse

Herbstferien bis zum 22.10.2021

Montag, 11. Oktober 2021	
A	**B**
Makkaroni gw (Röhrennudeln) mit Rindergeschnetzeltem in Rahmsoße m gw und Gemüsesticks	Gebackener Hirtenkäse m gw gg gr mit Paprikagemüse und Bulgur gw *sj sc sm*
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse
Dienstag, 12. Oktober 2021	
A	**B**
Königsberger Klopse e gw m (Geflügel) mit Kapernsoße m gw und Kartoffeln	Minestrone (Italienische Gemüsesuppe mit Tomate, Erbsen, Bohnen Blumenkohl) sl mit Gabelspaghetti gw
Rote Beete Rohkost / Obst	Rote Beete Rohkost / Obst
Mittwoch, 13. Oktober 2021	
A	**B**
Lachs in fruchtiger Currysoße m gw mit Erbsen m und Reis *g sj sm*	Hausgemachter Linsentaler gw gd e *sj sm* mit Kohlrabi in Soße m gw und Kartoffeln
Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse	Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse
Donnerstag, 14. Oktober 2021	
A	**B**
Tomaten-Nudel-Auflauf m gw e mit Sahnesoße m gw	Kräuterquark m mit Kartoffeln und Gurkensalat
Obst /Knabbergemüse	Obst /Knabbergemüse
Freitag, 15. Oktober 2021	
A	**B**
Hausgemachte Falafel gw e *sj sm* (Kichererbsenbällchen) mit Tzatziki m (Joghurt mit Gurken und Kräutern) und Gemüsecouscous gw	Möhreneintopf mit Sesambrot gr gw sm *sc sl sn*
Sahnepudding m mit Fruchtsoße / Knabbergemüse	Sahnepudding m mit Fruchtsoße / Knabbergemüse

Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

Allergen Deklaration
Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e=Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl=Sellerie | sn=Senf | sm=Sesam | sd=Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere
Blaue Buchstaben weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.
Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!

LUNA
Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

HXB

SPEISEPLAN

Montag, 18. Oktober 2021	
A	**B**
Spirelli gw (Spiralnudeln) mit Soße Bolognese gd *sj sm* und Reibekäse m	Tofufrikassee sj m gw (Tofustreifen, Möhren, Erbsen, Champignons) mit Bulgur gw *sj sm*
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 19. Oktober 2021	
A	**B**
Panierter Seelachs gw *m e sj sl* mit Rahmerbsen m und Reis *g sj sm*	Ricotta-Tortellini m gw mit Käse-Sahne-Soße m gw
Möhren-Orangen-Salat / Obst	Möhren-Orangen-Salat / Obst

Mittwoch, 20. Oktober 2021	
A	**B**
Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit grünen Bohnen in Soße m gw und Kartoffelpüree m	Linsencorma *g sj sm sn* (Indischer Eintopf mit Linsen und Süßkartoffeln) mit Sauerrahm m und Brötchen gw *n sj m*
Kokosjoghurt m / Knabbergemüse	Kokosjoghurt m / Knabbergemüse

Donnerstag, 21. Oktober 2021	
A	**B**
Eier in Senfsoße m gw mit Kartoffeln und bunte Blattsalate mit Balsamico Dressing sn	Vorsuppe: Grüne Erbsensuppe m Milchspeise aus Goldhirse *g sj sn*
Kirschkompott / Knabbergemüse	Kirschkompott / Knabbergemüse

Freitag, 22. Oktober 2021	
A	**B**
Hausgemachter Tofutaler sj gw gh e mit TexMex-Gemüse m gw *sj sc sm* (grüne Bohnen, Kidneybohnen, Mais, Paprika) und Vollkornreis *g sj sm*	Gemüsecremesuppe m mit Kürbiskernen und Vollkornbrot gr gw *m sm sc sl lu*
Zitronengrieß m gw / Knabbergemüse	Zitronengrieß m gw / Knabbergemüse

Montag, 25. Oktober 2021	
A	**B**
Bunte Schmetterlingsnudeln gw mit Gorgonzolasoße m gw und Gemüsesticks	Polentatasche m gw mit Buttermais m und Stampfkartoffeln m
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 26. Oktober 2021	
A	**B**
Rindergeschnetzeltes Stroganoff m gw *sj sc sm sn* (Champignons, Gurken) mit Reis *g sj sm*	Vegetarische Bratwurst sl sj *g e m sn* mit Tomaten-Curry-Soße und Kartoffeln
Coleslaw m / Obst	Coleslaw m / Obst

Mittwoch, 27. Oktober 2021	
A	**B**
Fischbulette (Kabeljau) e gw mit Ratatouille und Vollkornreis *g sj sm*	Tomatensuppe mit Gemüsestreifen m (Möhre, Zucchini) und Vollkornbrot gr gw *m sm sc sl lu*
Pfirsichquark m / Salat / Gemüse	Pfirsichquark m / Salat / Gemüse

Donnerstag, 28. Oktober 2021	
A	**B**
Hähnchenschnitzel gw mit Möhren-Erbsen-Gemüse m gw und Kartoffeln m	Schmetterlingsnudeln gw mit Pesto Verde m *e* (Italienische Kräuterpaste mit Sonnenblumenkernen und Parmesankäse) und Tomatensalat
Obst / Salat / Gemüse	Obst / Salat / Gemüse

Freitag, 29. Oktober 2021	
A	**B**
Chinapfanne sj (Tofustreifen, Zuckerschoten, Bambussprossen) mit Reis *g sj sm*	Gemüsesuppe sl mit Sonnenblumenkernbrot gr gw gd *sc*
Schokoladenpudding m / Salat / Gemüse	Schokoladenpudding m / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

Allergen Deklaration
Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e=Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl=Sellerie | sn=Senf | sm=Sesam | sd=Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere
Blaue Buchstaben weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.
Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!

LUNA
Freiheit 10, 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

HXB