

## Speisenplan März 2026

Montessori-Kinderhaus, Kita Klabaubermann, Kita Brunnenau

|            | 1   | 2  | 3   | 4  | Ferien 1   |
|------------|---|--|---|--|--|
|            | Woche vom 02.03. - 08.03.   | Woche vom 09.03. - 15.03.  | Woche vom 16.03. - 22.03.   | Woche vom 23.03. - 29.03.  | Woche vom 30.03. - 05.04.  |
| MONTAG     | Aa,J,I<br>G,1,3,5<br><b>Jägerschnitzel (f)</b><br>panierte gebratene Jagdwurst vom Schwein, Tomatensauce und Gabelspaghetti, Weißkrautsalat         | Aa,G<br>I<br><b>Schnitzel(m)</b><br>vom Schwein, Möhrengemüse, dazu Butterkartoffeln, frisches Obst der Saison, Trinkjoghurt Zitrone   | G,J,3<br>Aa,C<br><b>Hackbraten (f)</b><br>von Schwein, mit Erbsengemüse und Kartoffeln, Gemüsesticks                                | G<br>Aa,I<br><b>Curryhuhn (m)</b><br>gekocht mit Wurzelgemüse aus Porree, Sellerie und Möhre in Currysauce, dazu Kartoffeln und Weißkrautsalat     | Aa,G<br><b>Nudel-Bolognese (f)</b><br>Vollkornspiralen mit Sauce aus Hackfleisch vom Rind, Tomate, Zwiebel, Paprika und dazu Reibekäse, frisches Obst der Saison |
| DIENSTAG   | I<br><b>Kartoffeleintopf</b><br>mit Kartoffelwürfel, Karotte, Porree und Sellerie, frische Petersilie und frisches Obst der Saison                  | Aa,I<br>G,2<br><b>Lasagne</b><br>aus Hartweizen mit Sauce aus Sonnenblumenkernen, Tomate und Paprika, Käse überbacken, Möhrensalat     | Aa,G<br><b>Tortelloni</b><br>mit Spinat und Käse gefüllt in Frischkäsesauce, Gurkensalat, frisches Obst der Saison                  | Aa,G<br>I,2<br><b>Brühereis</b><br>mit Erbsen, Steckrübe und Möhre, Petersilie, dazu Vollkornbrot, Vanillepudding                                  | Aa,G<br>I,C<br><b>Gemüsesuppe</b><br>mit Sellerie, Blumenkohl, Karotten, Bohnen, Erbsen und Suppennudeln, frisches Obst der Saison                               |
| MITTWOCH   | Aa,D<br>I,J<br><b>Kochfisch</b><br>Seelachswürfel mit Erbsensauce, Reis, Möhrensalat, frisches Obst der Saison                                      | D,Aa<br>G,2<br><b>Dorschsurrer</b><br>paniertes gebackenes Dorschfilet mit Butterbohnen und Stampfkartoffeln, frisches Obst der Saison | D,G<br><b>Seelachsfilet</b><br>mediteran: mit Kräutern gewürzt, Stampfkartoffeln und gebuttertem Brokkoli, frisches Obst der Saison | D,I,G<br>Aa,2<br><b>Wildlachsfilet</b><br>gedünstet, mit Linsengemüse und Stampfkartoffeln, frisches Obst der Saison                               | Aa,D<br>G<br><b>Fischstäbchen</b><br>vom Seelachs, Erbsengemüse und Salzkartoffeln, Möhrensalat  |
| DONNERSTAG | Aa,G<br><b>Vegetarisches Chili</b><br>Sonnenblumenkern - Tomatensauce mit Paprika, Zwiebeln, roten Bohnen und Mais, Vollkornspiralen, Schokopudding | Aa, I<br>G<br><b>Nudelsuppe</b><br>mit Vollkornspiralen, Möhren, Erbsen und Steckrübe, gemischter Blattsalat                           | I,G<br><b>Steckrübeneintopf</b><br>mit Kartoffelwürfel, Porree, Sellerie, Wrukke und Möhre, Erdbeerquark                            | Aa,G<br><b>Nudeln in Tomatensauce</b><br>Vollkornspiralen, Tomatensauce und Reibekäse, Knabbergemüse   | Aa,G<br>S,2<br><b>Gnocchi in Spinat</b><br>Kartoffelgnocchi in Spinatsauce, Honigjoghurt mit Streusel  |
| FREITAG    | G<br><b>Milchreis</b><br>Milchreis mit hausgemachtem Apfelmuß, Blattsalat mit Joghurtdressing   | Aa,J<br>C,G<br><b>Senfei</b><br>gekochtes Ei in Senfsauce, dazu Kartoffeln und Salat von frisch gekochter Roter Bete, Kirschquark      | Aa,G,C<br>2<br><b>Kaiserschmarrn</b><br>mit hausgemachter Vanillesauce, Rotkohlsalat  | Aa,S<br>G,2,4<br><b>Gemüse-Reis-Pfanne</b><br>süß-sauer mit Schoten, Sprossen, Bambus, Curry, Kokos und Soja, Vollkornreis, Obst der Saison, Kakao | <b>Karfreitag</b>  |

**Allergene:** (Aa) \ (Aa) Weizengluten, (Ab) Dinkelgluten, (Ac) Hafergluten, (Ad) Roggengluten, (Ae) Gersten-gluten, (C) Eier, (D) Fisch, (H) Schalen-früchte= (Hm) Mandeln, (Hh) Haselnuss, (Hw) Walnüsse, (He) daraus hergestellte Erzeugnisse, (I) Sellerie, (J) Senf, (K) Sesam, (G) Milch, (M) Lupine, (S) Soja

**Zusatzstoffe:**  
 1 mit Konservierungsstoffen  
 2 mit Farbstoffen  
 3 mit Antioxidationsmittel  
 4 mit Süßungsmittel  
 5 mit Phosphat  
 6 mit Geschmacksverstärker



Unser Speiseplan entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas. Er wurde von der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert und mit dem Fit Kid Logo ausgezeichnet.

Montessori Kinderhaus Küchenbetrieb  
 Sonnenhof 15  
 18437 Stralsund  
 Tel.: 03831 / 481339  
 E-Mail: montessorikueche@web.de  
[www.montessori-stralsund.de](http://www.montessori-stralsund.de)

**Farblegende:**  
 Fleischgericht  
 Ovo-Lacto-Vegetables Gericht  
 Milch-/Eigericht  
 Fischgericht

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen  
 Andreas Itzerott

Das frische Obst wird nach Wochenangebot und Saison ausgewählt.  
 Täglich steht ein vegetarisches Gericht auf Nachfrage zur Verfügung.

|                   | <b>Ferien bis 08.04. 2</b>   | <b>3</b>  | <b>4</b>   | <b>1</b>  |  |
|-------------------|--|---|--|---|--|
|                   | <b>Woche vom 06.04. - 12.04.</b>   | <b>Woche vom 13.04. - 19.04.</b>  | <b>Woche vom 20.04. - 26.04.</b>   | <b>Woche vom 27.04. - 03.05.</b>  |  |
| <b>MONTAG</b>     | <b>Ostermontag</b>   | <b>Gemüse-Fisch-Paella</b><br>mit Wildlachswürfel, Karotte, Lauch und Sellerie, dazu Linsenrahmsauce und Reis, Knabbermöhren und -gurken    | <b>Seelachs gebraten</b><br>mit Butterbohnen, Senfsauce und Kartoffeln, frisches Obst der Saison                                       | <b>Ostseefischsuppe</b><br>mit Kartoffelwürfel, Karotte, Erbsen, Sellerie und Filet vom Wildlachs mit frischer Petersilie, frisches Obst der Saison |  |
| <b>DIENSTAG</b>   | <b>Broccoli-Nugget</b><br>mit stückiger Tomatensauce mit Paprika und Zwiebel, Vollkornreis und Weißkrautsalat                    | <b>Gemüsebällchen</b><br>aus Erbse, Mais, Möhre in stückiger Sauce mit Tomaten, Zwiebel und Paprika, Vollkornreis, frisches Obst der Saison | <b>Farfalle</b><br>Vollkorn-Schmetterlingsnudel mit Tomaten-Frischkäsesauce, frisches Obst der Saison                                  | <b>Pasta Brokkoli</b><br>Spiralen aus Hartweizen mit Brokkolirahmsauce, frisches Obst der Saison  |  |
| <b>MITTWOCH</b>   | <b>Knabberbein (f)</b><br>vom Huhn, mit Rotkohl und Petersilienkartoffeln, frisches Obst der Saison                              | <b>Frikassee vom Huhn(m)</b><br>mit Karotte, Sellerie, Erbsen und Porree, Salzkartoffel, frisches Obst der Saison                           | <b>Geschnetzeltes (m)</b><br>von der Pute mit Erbsen und Möhren in Rahmsauce, Kartoffel und Gurkensalat                                | <b>Hackfleischsauce (f)</b><br>vom Schwein, mit Paprika, Zwiebel und Zucchini, Kartoffeln, Gurkensalat mit Rahm                                     |  |
| <b>DONNERSTAG</b> | <b>Schupfnudeln</b><br>aus Kartoffel und Ei, mit buntem Gemüse aus Erbsen, Bohnen und Linsen, frische Petersilie, Erdbeerjoghurt | <b>Cremiger Möhreintopf</b><br>mit Möhre, Kartoffel, Sellerie, Porree und Sahne, dazu geröstete Weißbrotwürfel, Erdbeerpudding              | <b>Buntes Kartoffelgratin</b><br>mit Steckrübe, Möhre, Erbse, Blumenkohl und Pastinake in Rahmsauce, mit Käse überbacken, Honigjoghurt | <b>Gemüsepfanne Asia</b><br>Möhre, Pastinake und Rübe, süßwürzig mit Vollkornreis, Rotkohlsalat, Mangoquark   |  |
| <b>FREITAG</b>    | <b>Hefekloß</b><br>Hefekloß mit Kirschsaure, Gemischter Salat aus Gurke, Tomate und Blattsalat mit Joghurtdressing               | <b>Nudeln in Käsesauce</b><br>Gabelspaghetti aus Hartweizen in Käsesauce, frische Petersilie und Möhrensalat                                | <b>Milchnudeln</b><br>Gabelspaghetti aus Hartweizen in dicker süßer Milch, Kohlrabi und Radieschen zum knabbern                        | <b>01. Mai</b>  |  |

**Allergene:** (Aa) \ (Aa) Weizengluten, (Ab) Dinkelgluten, (Ac) Hafergluten, (Ad) Roggengluten, (Ae) Gerstengluten, (C) Eier, (D) Fisch, (H) Schalenfrüchte= (Hm) Mandeln, (Hh) Haselnuss, (Hw) Walnüsse, (He) daraus hergestellte Erzeugnisse, (I) Sellerie, (J) Senf, (K) Sesam, (G) Milch, (M) Lupine, (S) Soja

**Zusatzstoffe:**  
 1 mit Konservierungsstoffen  
 2 mit Farbstoffen  
 3 mit Antioxidationsmittel  
 4 mit Süßungsmittel  
 5 mit Phosphat  
 6 mit Geschmacksverstärker

**Farblegende:**  
 Fleischgericht  
 Ovo-Lacto-Vegetables Gericht  
 Milch-/Eigericht  
 Fischgericht



Unser Speiseplan entspricht dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas. Er wurde von der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert und mit dem Fit Kid Logo ausgezeichnet.

**Für Rückfragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.**

**Mit freundlichen Grüßen  
 Andreas Itzerott**

Montessori Kinderhaus Küchenbetrieb  
 Sonnenhof 15  
 18437 Stralsund  
 Tel.: 03831 / 481339  
 E-Mail: [montessorikueche@web.de](mailto:montessorikueche@web.de)  
[www.montessori-stralsund.de](http://www.montessori-stralsund.de)

Das frische Obst wird nach Wochenangebot und Saison ausgewählt.  
 Täglich steht ein vegetarisches Gericht auf Nachfrage zur Verfügung.