

apetito 
Den Tisch
gemeinsam
grüner
denken!

Heute
mal weniger
Fleisch?



apetito 

Klimafreundlicher Speiseplan

Den Tisch grüner decken

Unser Musterspeiseplan für die Mittagsverpflegung berücksichtigt die Empfehlungen einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigeren Verpflegung. Er orientiert sich an dem aktuellen DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kliniken (Stand 2022) sowie an dem KEEKS-Leitfaden für klimaschonende Verpflegungskonzepte (Stand 2019).

Der 4 Wochen-Speiseplan von apetito erfüllt folgende Kriterien (7 Verpflegungstage):

- Einsatz von Fleisch:
 - Max. 2-3x pro Woche Fleisch oder Wurst
 - Einsatz von Rindfleisch: max. 1x innerhalb von 4 Wochen
- Einsatz von Fisch aus bestandserhaltener Fischerei: max. 1x pro Woche
- Einsatz von verzehrfertigen Fleischalternativen (z.B. vegetarisches Schnitzel auf Sojabasis): max. 1x pro Woche
- Einsatz von Reis: max. 1x innerhalb von 2 Wochen
- Einsatz von Bio-Komponenten: mind. 3x pro Woche
- Einsatz von vegetarischen Komponenten: mehrmals pro Woche
- Einsatz von veganen Komponenten: mind. 2 Verpflegungstage pro Woche
- Kein Einsatz von vollfetten Milchprodukten als Dessert

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Bioprodukte sind deutlich auf dem Speiseplan gekennzeichnet.

Unser Tipp: Orientieren Sie sich bei der saisonalen Ausrichtung Ihres Speiseplans an frei verfügbare Saisonkalender.

Haben Sie noch Fragen?

Wir beraten Sie gerne!

Unser Team der Ernährungsberatung
erreichen Sie unter:

ernaehrung@apetito.de



Montag



Filettöpfchen (Schweine- und Putenmedaillons) in Feinschmeckersoße
Spätzle (BIO)
Salat*



G,
G1,
M,
Me,
La, S,
Ei

Dienstag



Conchiglie Nudelpfanne | Muschelnudeln in cremiger Fenchelsoße mit Romanesco und Butternut-Kürbis
Salat*

G, G1, M, Me, La

Mittwoch



Hähnchenbrustfilet "naturell" auf Gemüse nach mediterraner Art
Gemüse-Quinoa-Pfanne (BIO), mit Fairtrade Quinoa
Joghurt mit Früchten (1,5%)*



Donnerstag



Vegetarische Bolognese "Thai Art"
Vollkorn Penne (BIO)
Salat*
Obst*

G, G1, Sb

Freitag



Fischpfanne "Neptun" vom Alaska Seelachs; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Frühlingspüree
Salat*



G, G1, Fi, M,
Me, La, S

Samstag



Vegetarische Linsensuppe
Brötchen*
Obst*

S

Sonntag



Putenbraten in einem Kräutermantel; in vollmundiger Soße
Gelbe Wachsbrechbohnen | mild mariniert
Salzkartoffeln (BIO)
Joghurt mit Früchten (1,5%)*



G, G1, S

Guten
Appetit!

Montag



Zarte Putenmedaillons |
in fruchtiger Tomaten-
Salbeisoße mit halbge-
trockneten gelben Cher-
rytomaten
Penne (BIO)
Salat*
Joghurt mit Früchten
(1,5%)*

G, G1, S

Dienstag



Veggie "Bullar" | Veggie-
Bällchen auf Soja- und
Weizenbasis in Soße
"Köttbullar Art"
Grüne Bohnen "naturell"
Kartoffeln mit Schale

G, G1, Ei,
Sb, M, Me,
La, S

Mittwoch



Pumpkin Pasta | Trivelli-
nudeln in Butternut-Kür-
bissoße mit Rucola, Kür-
biskernen und Quinoa
verfeinert
Salat*

G, G1, Sn

Donnerstag



Reisnudel-Gemüse-Pfan-
ne "vegetarisch"
Blumenkohl-Bohnen-
Mix | gewürzt
Obst*

G, G1, Sn

Freitag



Lachsfiletstücke | (aus
verantwortungsvoller
Aquakultur) in Dill-
cremesoße
Stampfkartoffeln
Salat*

Fi, M, Me,
La, S

Samstag



Vegetarischer Gemüse-
intopf
Vollkornbrötchen*
Obst*

S

Sonntag



Schweinebraten in glat-
ter Soße (BIO)
Grüner Mix Brokkoli-Erb-
se "Natur" (BIO)
Goldgelbe Salzkartoffel
"Unsere Beste"
Joghurt mit Früchten
(1,5%)*

G, G1, S

Guten
Appetit!

Montag



"Volles Korn" | Dinkel-Gemüse-Pfanne "mediterrane Art"
Salat*
Obst*

G, G5

Dienstag



Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Erbsen
Goldgelbe Salzkartoffel "Unsere Beste"
Obst*



G, G1, M, Me, La

Mittwoch



Ziegenfrischkäsetaler | auf Chicorée-Birnen-Chutney
Stampfkartoffeln
Salat*

(E), M, Me, La, Sf, Sfl, Sn

Donnerstag



Schweinegulasch "Försterin"
Gabel-Spaghetti (BIO)
Salat*



M, Me, La, S, G, G1

Freitag



Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne; aus nachhaltiger Fischwirtschaft
Langkornreis (BIO)
Salat*



Fi, M, Me, La, Sn

Samstag



Vegetarischer Pastinaken-Kürbiseintopf
Vollkornbrötchen*
Obst*

Sonntag



Brauhausgericht | geschmortes Schweinefleisch in würziger Malzbiersoße
Möhren (BIO)
Spätzle (BIO)
Joghurt mit Früchten (1,5%)*



G, G3, S, Sn, G1, Ei

Guten Appetit!

Montag



Schweinerückensteak "Natur"
Helle Champignonsoße
Kartoffeln mit Schale
Salat*

G, G1, M, Me, La, S

Dienstag



Kohlroulade | mit Reis-Gemüse-Füllung in kräftiger Soße
Langkornreis (BIO)
Salat*
Joghurt mit Früchten (1,5%)*

G, G1, Sb, M, Me, La, S, Sn

Mittwoch



Kartoffel-Spinat-Pfanne | mit Kürbiswürfeln und Kürbiskernen
Salat*
Obst*

Donnerstag



"Aubergini" | gegrillte Auberginenscheiben in fruchtigem Tomatensugo mit Käse-Kräuter-Topping
Nudelreis
Salat*

(E), M, Me, Sf, Sf1, G, G1

Freitag



Lachsfiletstücke (aus verantwortungsvoller Aquakultur) | in Soße nach "Florentiner Art"
Möhren (BIO)
Stampfkartoffeln

Fi, M, Me, La

Samstag



Grüner Bohneneintopf
Vollkornbrötchen*
Obst*

S

Sonntag



Rinderroulade "Hausfrauen Art" in herzhafter Soße
Apfelrotkohl
Kartoffelklöße (BIO)
Joghurt mit Früchten (1,5%)*

G, G1, S, Sn, (G), (Ej), (Sb), (M), (Me), (La), (Sf), (S)

Guten Appetit!

Allergenkennzeichnung mit Kürzel

G	Gluten
	namentlich:
G ₁	Weizen
G ₂	Roggen
G ₃	Gerste
G ₄	Hafer
G ₅	Dinkel-Weizen
G ₆	Khorasan-Weizen
K	Krebstiere
Ei	Eier
Fi	Fische
E	Erdnüsse
Sb	Soja
M	Milch (einschließlich Laktose)
Me	Milcheiweiß
La	Laktose
Sf	Schalenfrüchte
	namentlich:
Sf ₁	Mandeln
Sf ₂	Haselnüsse
Sf ₃	Walnüsse
Sf ₄	Kaschunüsse
Sf ₅	Pecanüsse
Sf ₆	Paranüsse
Sf ₇	Pistazien
Sf ₈	Macadamia-/Queenslandnüsse
S	Sellerie
Sn	Senf
Se	Sesam
Sd	Schwefeloxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
Lp	Lupinen
W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von ...



Artikel mit Sternchen (*) enthalten keine Angaben auf dem Speiseplan.
Allergen-Informationen liegen zur Einsicht in der Küche vor.