

Vesperplan für die **Woche vom 02.03.2020 bis 06.03.2020**

Montag	Vesper 1	Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,e,f,g,h} mit feiner Teewurst ^{(S),2,3,i,j} / körnigem Frischkäse ^G	
	Vesper 2	Haferflocken^{A,A2} mit Milch^G, dazu Pfirsichkompott [zuckerarm] <i>Alternative für Krippenkinder: Schmelzflocken^{A,A2}</i>	
Dienstag	Vesper 1	Bäckerschrippe^{A,A1,A3,c,f,g} mit Butter^G und Mini Frikadellen^{(S),21,A,A1,C,G,J} und Petersilie	
	Vesper 2	Bäckerschrippe ^{A,A1,A3,c,f,g} mit Butter ^G und Honig	
Mittwoch	Vesper 1	Filinchen^{A,A1,A2,F,G} „ballaststoffreich“ mit Kräuterquark-Dip^G und BIO-Gurkenscheiben <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Mischbrot ^{A,A1,A3} mit Butter ^G und Erdbeerkonfitüre	
Donnerstag	Vesper 1	Mehrkornbrot^{A,A2,A3,A4,K,f} mit Butter^G und Bierschinken^{(S),2,3,i,j}/Gouda^G, dazu BIO-Orangenscheiben	
	Vesper 2	Eierplätzchen ^{A,A1,C,F,g,h} mit Vanille-Quarkspeise ^G	
Freitag	Vesper 1	Vollkornkekse ^{A,A1,A2,C,F,G} mit ½ Obst	
	Vesper 2	Roggenbrot^{A,A3,c,g,e,k} mit Butter^G und Hähnchenbrust^{2,3,8}/ Leerdamer^G, dazu Gewürzgurke^J	

*** Die ausgelobten BIO-Produkte sind durch Grünstempel BIO-zertifiziert ***

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 8 – Phosphat, 16 – mit Milcheiweiß, 21 – hergestellt aus zerkleinertem Fleisch
Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, C – Eier, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H2 – Haselnüsse
Kennzeichnung Spuren: c – Eier, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen

(S) – mit Schweinefleisch



- unsere Empfehlung: gesund, abwechslungsreich, auch mal süß



= Vesper nach Anregung durch die Vesper-Arbeitsgruppe

Vesperplan für die **Woche vom 09.03.2020 bis 13.03.2020**

Montag	Vesper 1	BIO-Sonnenblumenbrot^{A,A3,f,k} mit Leberwurst^{(S),2,3,i,j} / Kräuterfrischkäse^G, dazu Gurkenstreifen	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Filinchen^{A,A1,G} mit Butter^G und Aprikosenkonfitüre	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
Dienstag	Vesper 1	Roggenbrötchen^{A,A1,A3,A4,F,G,c,i,k} mit Butter^G, Eiaufstrich^{1,2,C,G,J} und BIO-Paprikastreifen	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Bäckerschrippe^{A,A1,A3,c,f,g} mit Kirschkonfitüre	
Mittwoch	Vesper 1	Vollkorn-Knusperbrot^{A,A1,A3,G,f} mit Butter^G, Leberkäse^{(S),2,3} / Edamer^G und Schnittlauch	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Spritzgebäckmischung^{A,A1,A4,F,c,g,e,h}	
Donnerstag	Vesper 1	Mischbrot^{A,A1,A3} mit Butter^G und Salami^{(S),1,2,3} / körnigem Frischkäse^G	
	Vesper 2	Naturjoghurt^G, dazu BIO-Äpfelstücke	
Freitag	Vesper 1	Roggen-Knäckebrötchen mit Sesam^{A,A3,K,g}, dazu Butter^G und Gemüsesticks [Paprika, Gurke, Möhre]	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Marmor-Rodon^{A,A1,C,g,h}	

*** Die ausgelobten BIO-Produkte sind durch Grünstempel BIO-zertifiziert ***

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 16 – mit Milcheiweiß

Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A3 – Roggen, A4 – Gerste, C – Eier, F – Sojabohnen, G – Milch [inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, H1 – Mandeln, H2 – Haselnüsse, J – Senf

Kennzeichnung Spuren: c – Eier, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch [inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, k – Sesamsamen

(S) – mit Schweinefleisch

- **unsere Empfehlung:** gesund, abwechslungsreich, auch mal süß

= Vesper nach Anregung durch die Vesper-Arbeitsgruppe

Vesperplan für die **Woche vom 16.03.2020 bis 20.03.2020**

Montag	Vesper 1	BIO-Dinkel-Grünkernbrot^{A,A3,A5,f,k} mit Geflügelleberwurst^{3,l,j} / Frischkäse^G, dazu Gewürzgurke^l <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Schokoflakes^{A,A1,A4,e,f,g,h} mit Milch^G	
Dienstag	Vesper 1	Roggenbrot^{A,A3,c,g,e,k} mit Butter^G und Putenbrust^{2,3,8} / Gouda^G	
	Vesper 2	Joghurtdrink ^{1,G} , dazu ½ BIO -Banane	
Mittwoch	Vesper 1	Mehrkornbrötchen^{A,A1,A2,A3,A4,K,c,f,g} mit Butter^G und Geflügel-Paprikalyoner^{2,3,j}, dazu BIO-Kresse <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Mehrkornbrötchen ^{A,A1,A2,A3,A4,K,c,f,g} mit Ananasfrischkäse ^G <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
Donnerstag	Vesper 1	Roggenmischbrot ^{A,A1,A3} mit Butter ^G , dazu BIO -Möhrenstreifen <i>Alternative für Krippenkinder: Gurkenstreifen</i>	
	Vesper 2	BIO-Dinkel-Vollkornkeks mit Tiermotiv „Tierlix“^{A,A2,A5,c,f,g,h,j}	
Freitag	Vesper 1	½ Laugenbrezel^{A,A1,A4,C,G,M,f} mit ½ Apfel <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3} mit Kräuterfrischkäse^G</i>	
	Vesper 2	Stracciatella-Rührkuchen ^{A,A1,C,G,h}	

*** Die ausgelobten BIO-Produkte sind durch Grünstempel BIO-zertifiziert ***

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff, 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 16 – mit Milcheiweiß

Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, A5 – Dinkel, C – Eier, F – Sojabohnen, G – Milch [inkl. Lactose], I – Sellerie, J – Senf, K – Sesamsamen, M – Lupine

Kennzeichnung Spuren: c – Eier, e – Erdnüsse, f – Sojabohnen, g – Milch [inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, k – Sesamsamen

 - **unsere Empfehlung:** gesund, abwechslungsreich, auch mal süß

 = Vesper nach Anregung durch die Vesper-Arbeitsgruppe

Vesperplan für die **Woche vom 23.03.2020 bis 27.03.2020**

Montag	Vesper 1	Mehrkornbrot ^{A,A2,A3,A4,K,f} mit körnigem Frischkäse ^G und BIO -Kresse <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Filichen^{A,A1,G} mit Butter^G und Pflaumenmus <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
Dienstag	Vesper 1	Roggenmischbrot^{A,A1,A3} mit Butter^G und Salami^{(S),2,3} / Edamer^G, dazu BIO-Paprikastreifen	
	Vesper 2	Berliner ^{A,A1,C,F,G,h,i,k,m}	
Mittwoch	Vesper 1	Vollkorn-Knusperbrot^{A,A1,A3,G,f} mit Butter^G, Brokkolipastete^{(S),2,3} und Salatblatt <i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Bäckerschrippe ^{A,A1,A3,c,f,g} mit Butter ^G und Honig	
Donnerstag	Vesper 1	Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,e,f,g,h} mit Butter ^G und Wiener Würstchen ^{(S),2,3,8,g,i,j}	
	Vesper 2	Naturjoghurt^G mit BIO-Birnenstücken	
Freitag	Vesper 1	Roggenmischbrot^{A,A1,A3} mit Kräuterquark-Dip^G, dazu Gemüsesticks [Paprika, Gurke, Möhre]	
	Vesper 2	BIO-Dinkel-Schoko-Heidesandgebäck^{A,A5,F,G,c,h,j,k}	

*** Die ausgelobten BIO-Produkte sind durch Grünstempel BIO-zertifiziert ***

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 4 – Geschmacksverstärker, 16 – mit Milcheiweis

Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A2 – Hafer, A3 – Roggen, A4 – Gerste, C – Eier, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], K – Sesamsamen

Kennzeichnung Spuren: c – Eier, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen, m – Lupine

(S) – mit Schweinefleisch



- unsere Empfehlung: gesund, abwechslungsreich, auch mal süß



= Vesper nach Anregung durch die Vesper-Arbeitsgruppe

Vesperplan für die **Woche vom 30.03.2020 bis 31.03.2020**

Montag	Vesper 1	Roggenbrötchen ^{A,A1,A3,A4,F,G,c,i,k} mit Butter ^G und Jagdwurst ^{(S),2,3,i,j} / Kräuterfrischkäse ^G	
		<i>Alternative für Krippenkinder: Mischbrot^{A,A1,A3}</i>	
	Vesper 2	Schokotatzen ^{A,A1,C,G,f,h}	
Dienstag	Vesper 1	Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,e,f,g,h} mit Butter ^G und Tilsiter ^G , dazu ½ BIO-Mandarine	
	Vesper 2	BIO-Buchweizen Cornflakes mit Milch ^G	

*** Die ausgelobten BIO-Produkte sind durch Grünstempel BIO-zertifiziert ***

Kennzeichnung Zusatzstoffe: 1 – Farbstoff , 2 – Konservierungsstoff, 3 – Antioxidationsmittel, 16 – mit Milcheiweiß
 Kennzeichnung Allergene: A – glutenhaltiges Getreide, A1 – Weizen, A3 – Roggen, A4 – Gerste, C – Eier, E – Erdnüsse, F – Sojabohnen, G – Milch[inkl. Lactose], H – Schalenfrüchte, L – Schwefeldioxid und Sulfide
 Kennzeichnung Spuren: c – Eier, f – Sojabohnen, g – Milch[inkl. Lactose], h – Schalenfrüchte, i – Sellerie, j – Senf, k – Sesamsamen
 (S) – mit Schweinefleisch

- **unsere Empfehlung:** gesund, abwechslungsreich, auch mal süß
 = Vesper nach Anregung durch die Vesper-Arbeitsgruppe