

SPEISEPLAN

09.01. bis 13.01.2023
(Kalenderwoche 2)

MONTAG

Linsensuppe ^(l)
mit Kartoffeln, Pastinake
und Cumin-Joghurt ^(g)

Nudel ^(aw)-**Spinatauflauf**
mit Käse ^(g)
und Kürbiskernen

Knabbergemüse
Handobst

DIENSTAG

Bunte Bulgur Pfanne ^(aw,l)
mit Gemüsesoße ^(l)

Kartoffelauflauf
mit Gemüse und Käse ^(g,l)

Joghurt ^(g) mit Birnenkompott,
Knabbergemüse

MITTWOCH

Rindergulasch ^(R,l)
mit Brokkoli
und Vollkornnudeln ^(aw)

Kartoffelgulasch ^(l)
mit Brokkoli und
Vollkornnudeln ^(aw)

Für beide Menüs:
Knabbergemüse, Salat,
Kerne, Handobst

DONNERSTAG

Heißer Milchreis ^(g)
mit Kirschen

UND

Karottensuppe
mit Kokosnuss und
Sonnenblumenkerne

Knabbergemüse, Salat, Kerne
Handobst

FREITAG

**Seelachs-
Fischstäbchen** ^(F,aw,C)
mit Erbsen und
Kartoffelstampf ^(g)

Gemüsestäbchen ^(aw)
mit Erbsen und
Kartoffelstampf ^(g)

Für beide Menüs:
Knabbergemüse, Salat,
Kerne, Handobst



Fleisch



Vegefarisch



Fisch

MSC oder ASC

*Zu allen Salatangeboten gibt es wahlweise Joghurt ^(g) - oder Essig-Öl-Dressing.

Allergen-Kennzeichnung

a glutenhaltige Getreide	e Erdnüsse (-Erzeugnisse)
aw Weizen	f Soja (-Erzeugnisse)
ar Roggen	g Milch (-Erzeugnisse einschließlich Laktose)
ag Gerste	h Scheinfrüchte (Nüsse)
ah Hafer	i Sellerie (-Erzeugnisse)
ad Dinkel	j Senf (-Erzeugnisse)
ak Kamut	k Sesam (-Erzeugnisse)
b Krebstiere (-Erzeugnisse)	l Schwefeldioxid und Sulfite > 10mg/kg/l
c Eier (-Erzeugnisse)	m Lupinen (-Erzeugnisse)
d Fisch (-Erzeugnisse)	n Weichtiere (-Erzeugnisse)

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe

1 mit Farbstoff	8 mit Phosphat
2 mit Konservierungsstoff	9 mit Süßungsmitteln
3 mit Antioxidationsmittel	10 enthält eine Phenylalaninquelle
4 mit Geschmacksverstärker	11 mit Zuckerarten, Süßungsmitteln
5 geschwefelt	12 mit Zuckeraustauschstoffen
6 geschwärzt	13 mit Chinin
7 gewachst	14 mit Koffein

Lebensmittel- inhaltsstoffe

R Rindfleisch
G Geflügelfleisch
F Fisch



TÄGLICH FRISCH ZUBEREITET | NATÜRLICH SELBSTGEMACHT
REGIONALE BIO-LEBENSMITTEL | DGE-QUALITÄTSSTANDARD



(BIO) = Bio-Produkt | Bio-Zertifikat DE-ÖKO-044