

# SPEISEPLAN



45. Woche 04.11. - 10.11.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü A</b>	Nudel-Hackfleischauflauf mit Käse überbacken dazu Tomatensoße und hausgemachter Fruchtojoghurt (R) (1, aw, uw, am, bm, au, 23)	Mini Frikadeilen vom Rind in Bratensoße mit Erbsengemüse und Vollkornnudeln, dazu Banane (aw, uw, ae, bm, 23)	Geflügel-Bratwurst mit Bratensoße, Bayrisch Kraut und Kartoffelbrei und Apfel (aw, uw, am, bc, 23)	Putensteak auf Gemüse (Paprika, Zucchini, Möhren) in Curryscremesoße und Vollkornreis, dazu Kirschquark (aw, uw, am, 23)	Gebratenes Alaska Seelachsfilet in Schnittlauchsoße mit Balkangemüse und Salzkartoffeln, dazu Vanillepudding (F) (aw, uw, af, am, 23)
<b>Menü B Vegetarisch</b>	Kräuterquark mit Salzkartoffeln, dazu Gurkensalat und Banane (V) (am, 23)	Mais-Lauch-Rösti mit Kräutersoße, Kürbis-Kartoffelbrei und Chinakohlsalat und Banane (V) (3, aw, uw, gb, ae, ay, am, bc, bm, au, 23)	Kartoffelpuffer mit Apfelkompott und Gurkensticks (V) (3, aw, uw, ae)	Möhren-Kartoffel-Eintopf mit Vollkornbrot und Kirschquark (V) (aw, uw, nr, am, as, 23)	Rucola-Süßkartoffel-Schmitte mit Letschogemüse und Vanillepudding (V) (aw, uw, gb, am, 23)
<b>Salat</b>	Gemischte Blattsalate mit Thunfisch und Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, af, as)	Griechischer Bauernsalat mit Hirtenkäse und Oliven und Mehrkornbrötchen (9, aw, uw, nr, gb, go, am, as)	Blattsalat mit Tomate, Gurken, Karotten, Ei und Käse Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, ae, am, as)	bunter Salatteller mit Hähnchenbrust Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, as, 23)	bunter Salatteller mit Pute Mehrkornbrötchen (aw, uw, nr, gb, go, as, 23)
<b>Pasta</b>	Bio-Gabelspaghetti mit Basilikum-Pesto und hausgemachtem Fruchtojoghurt (V) (aw, uw, am)	Bio-Makkaroni dazu Champignonragout mit Kräutern verfeinert dazu Karottensticks und Banane (V) (aw, uw, 23)	Bio-Penne mit geschwenktem Brokkoli dazu Mango-Dip, Karotten-Apfel-Salat und Apfel (V) (3, aw, uw, am, 23)	Nudelpfanne Mediterran, Kirschquark (V) (aw, uw, am, 23)	Bio-Spaghetti "Carbonara" mit Putenschinken dazu Reibekäse Vanillepudding (3, 7, 15, aw, uw, am, bc, Z)

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz.  
Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.  
Zu jeder Mahlzeit ein Getränk (Trinkwasser, ungesüßter Tee)



Vegetarisch



Schwein



Rind



Fisch



Geflügel



ausgewogene Menüauswahl



DE-ÖKO-070

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n); 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst; 15 = mit Nitritpökelsalz; 23 = mit Knoblauch; Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide\* (Überbegriff); uw = enth. Weizen\*; nr = enth. Roggen\*; gb = enth. Gerste\*; gs = enth. Hafer\*; ag = enth. Hafer\*; ak = enth. Dinkel\*; ok = enth. Kamut\*; ax = enth. Hybridstämme\*; ac = enth. Kvebblere\*; ae = enth. Eier\*; af = enth. Fische\*; ap = enth. Erdnüsse\*; ay = enth. Sojabohnen\*; am = enth. Milch\*; an = enth. Schalenfrüchte\* (Überbegriff); sa = enth. Mandeln\*; sh = enth. Haselnüsse\*; sw = enth. Walnüsse\*; sc = enth. Kaschunüsse\* sp = enth. Pecannüsse\*; sr = enth. Pecannüsse\*; st = enth. Pistazien\*; sm = enth. Macadamianüsse\*; sq = enth. Queenslandnüsse\*; bc = enth. Sallerie\*; bm = enth. Senf\*; ag = enth. Sesam\*; au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite; nl = enth. Lupinen\*; um = enth. Weichtiere\*  
\* und daraus gewonnene Erzeugnisse