










Speiseplan

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
 Reis		Kartoffelpüree mit Bio-Milch 	g1, g2	Nudeln	d1	Salzkartoffeln		Klare Hühnersuppe	
 Bio-Cevapcici (Geflügelfleisch)		Falafel (Vn)	l	Kidneybohnen in Tomatensoße		Fischstäbchen (Seelachs, MSC-zertifiziert)	c, d1	Buchstabennudeln	a, d1
Paprikasoße		Joghurt-Dip mit Minze	g1, g2	Möhren		Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Laugenstange	d1
Gebratener Mais		Salat mit Hirtenkäse	g1, g2	Obst		Gurkensalat mit Joghurtdressing	g1, g2	Eis am Stiel (Frucht)	g1, g2
Obst		Bananenquark	g1, g2	+ Frühstückslunch Anl. 1. Tour		Obst		+ Frühstückslunch 1. Tour	
+ Frühstückslunch 1. Tour		+ Frühstückslunch 1. Tour				+ Frühstückslunch 1. Tour			

vegetarische Variante


MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
 Reis						Salzkartoffeln		Klare Gemüsesuppe	
 Bio-Linsenbällchen (Vn)	d1, d4					Gemüse-Nuggets (V)	d1, d5, g1, g2	Buchstabennudeln	a, d1
Paprikasoße						Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Laugenstange	d1
Gebratener Mais						Gurkensalat mit Joghurtdressing	g1, g2	Eis am Stiel (Frucht)	g1, g2
Obst						Obst			


Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoffen, 3) mit Antioxidationsmitteln, 4) mit Phosphat, 5) mit Süßungsmitteln, 6) mit Geschmacksverstärker

allergene Stoffe: a) Eier, b) Erdnuss, c) Fisch, d) glutenhaltiges Getreide (d1 Weizen, d2 Roggen, d3 Dinkel, d4 Hafer, d5 Gerste, d6 Khorasan-Weizen), e) Krebstiere, f) Lupine, g) Milch (g1 Milcheiweiß, g2 Milchzucker), h) Senf, i) Sellerie, k) Sojabohnen, l) Sesamsamen, m) Weichtiere, n) Schalenfrüchte (n1 Mandeln, n2 Haselnuss, n3 Walnuss, n4 Pistazie, n5 Cashew, n6 Pecannuss, n7 Paranuss, n8 Macadamia, n9 Queenlandnuss), o) Schwefeldioxid&Sulphite

(V): dieses Gericht ist vegetarisch

(Vn): dieses Gericht ist vegan

 **Zucker- und Fettreduziert:** dieses Gericht entspricht den Empfehlungen der DGE (=Deutsche Gesellschaft für Ernährung), d.h. max. 6% zugesetzter Zucker, keine Süßstoffe und nur 1,5% Fett

 **Vollkornanteil:** dieses Gericht enthält einen Vollkornanteil von mind. 25%.

 = **DE-ÖKO-013:** verwendete Bio-Zutaten kennzeichnen wir mit diesem Siegel