







Speiseplan

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Nudeln	d1	Kartoffeltaschen	d1, g1, g2	Chili con carne (Bio-Rindfleisch) 	i	Salzkartoffeln		Tortellini mit Spinat-Ricotta-Füllung	d1, g1, g2
Helle Schinkensoße (Geflügel)	d1, g1, g2, i, k, 2, 3, 4	Kräuterquark	g1, g2	Fladenbrot	d1, d5, l	Panierter Fisch (Seelachs, MSC-zertifiziert)	c, d1, g1, g2, h	Helle Tomatensoße	g1, g2, i, k
Erbsen		Bunter Salat		Rohkost		Spinat	g1, g2, i, k	Grüner Salat	
Obstkiste		 Bio-Grießbrei 	d1, g1, g2	Obstkiste		Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Cocktaildressing	a, h, 5
		Zimtucker				Karamellpudding	g1, g2	Windbeutel	d1, g1, g2

vegetarische Variante


MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Nudeln	d1			Chili (Vn)	d5, i, k	Salzkartoffeln			
Helle Soße	d1, g1, g2, i, k			Fladenbrot	d1, d5, l	 Bio-Omelette	a, g1, g2		
Erbsen				Rohkost		Spinat	g1, g2, i, k		
Obstkiste				Obstkiste		Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5		
						Karamellpudding	g1, g2		

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



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 Queenslandnuss), 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  zeichnen wir mit diesem Siegel