



## Speiseplan

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
 Reis		Kartoffelgratin	g1, g2	Nudeln	d1	Salzkartoffeln		Klare Hühnersuppe	
Frikassee (Vn)	d1, k	Grüner Salat		Kidneybohnen in Tomatensoße		Panierter Fisch (Seelachs, MSC-zertifiziert)	c, d1, h	Buchstabennudeln	a, d1
Erbsen		Möhrenstifte und Mais		Salat mit Hirtenkäse	g1, g2	Spinat		Mehrkornbrötchen	d1, d2, d4, d5, l
Obst		Joghurdressing	a, g1, g2	Obst		Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Schoko-Nikolaus	g1, g2, k
+ Frühstückslunch 1. Tour		Erdbeeryoghurt 	g1, g2	+ Frühstückslunch Anl. 1. Tour		Obst		+ Frühstückslunch 1. Tour	
		+ Frühstückslunch 1. Tour				+ Frühstückslunch 1. Tour			

## vegetarische Variante

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
						Salzkartoffeln		Klare Gemüsesuppe	
						 Bio-Omelette	a, g1, g2	Buchstabennudeln	a, d1
						Spinat		Mehrkornbrötchen	d1, d2, d4, d5, l
						Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Schoko-Nikolaus	g1, g2, k
						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 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 kennzeichnen wir mit diesem Siegel