



Speiseplan

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Nudeln	d1	Kartoffelecken	d1	Pfannkuchen	a, d1, g1, g2	Couscous	d1, i	Linsensuppe	i
Tomatensoße		Hähnchennuggets	a, d1, d5	 Bio-Apfelmus		 Chili con carne (Bio-Rindfleisch)	i	Brotscheibe	d1
Möhren		Tomaten-Dip		Zimtucker		Tortilla-Chips		Friskkäse	g1, g2
Geriebener Gouda	g1, g2	Rohkost		Obst		Rohkostsalat		Windbeutel	d1, g1, g2
Obst		 Bio-Schokopudding 	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	
		Kartoffelecken	d1			Couscous	d1, i		
		Gemüse-Nuggets (V)	d1, d5, g1, g2			Chili (Vn)	d5, i, k		
		Tomaten-Dip				Tortilla-Chips			
		Rohkost				Rohkostsalat			
		 Bio-Schokopudding 	g1, g2			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