



### Speiseplan

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
kein Essen		Tortellini mit Spinat-Ricotta-Füllung	a, d1, g1, g2	Salzkartoffeln		Nudeln	d1	Kartoffelsuppe	i
		Linsensoße		Panierter Fisch (Seelachs, MSC-zertifiziert)	c, d1, h	Bolognese (Bio-Rindfleisch) 	i	Laugenstange	d1
		Salat mit Hirtenkäse	g1, g2	Spinat		Geriebener Hartkäse	a, g1, g2	Windbeutel	d1, g1, g2
		Grießpudding	d1, g1, g2	Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Gurke-Mais-Salat		+ Frühstückslunch 1. Tour	
		+ Frühstückslunch 1. Tour		Obst		Obst			
				+ Frühstückslunch Anl. 1. Tour		+ Frühstückslunch 1. Tour			

### vegetarische Variante

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
				Salzkartoffeln		Nudeln	d1		
				 Bio-Omelette	a, g1, g2 	Bolognese (Bio-Sonnenblumen- und Erbsenprotein)			
				Spinat		Geriebener Hartkäse	a, g1, g2		
				Remoulade mit Bio-Ei 	a, h, 5	Gurke-Mais-Salat			
				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 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