



von 11 bis 15 Uhr

Das schmeckt mir!



11.KW

Speiseplan vom:

09.03.-13.03.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

nach DGE-Empfehlung
Asiatische Gemüsepfanne
aus Karotten, Kohlrabi,
Zuckererbsen,
Mungobohnensprossen
mit Reis in Kokoscreme
Ei,G1,M,N,Sel,So



nach DGE-Empfehlung
Südafrikanischer gebackener
Maisauflauf ("Bore Pap")
mit Lauch und Käse
Ei,G,M,Sel



Türkische Gerstensuppe
mit Gemüse
aus Suppengemüse,
Tomaten und Minze
G,Sel



Blumenkohl in Rahm
dazu Petersilienkartoffeln
und ein Beilagensalat
M

Gemüsebratling
mit Tomatenrahmsauce
und Salzkartoffeln
Ei,G1,M,Sel

Menü 2

Puten-Hackbraten
mit Salzkartoffeln
dazu Kohlrabi in Rahm
Ei,G1,M

Spaghetti "Carbonara"
mit feinen Putenschinkenwürfeln
dazu Farmersalat
15-Ei,G1,M

nach DGE-Empfehlung
Currywurst
von der Pute
dazu Kartoffelpüree
und Mixsalat
5,15-M

nach DGE-Empfehlung
Vegetarischer Erbseneintopf
mit Kartoffeln und Gemüse
aus Möhren, Sellerie
und Lauch dazu eine
Scheibe Vollkornbrot
G1,G2,Sel

nach DGE-Empfehlung
Pochiertes Seelachsfilet
"natur" in Kräuterrahmsauce
und Reis
dazu Gurkensalat
F,G,M

Dessert

nach DGE-Empfehlung
Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

Naturjoghurt
M

nach DGE-Empfehlung
Naturjoghurt
M

Dessert

Milchreis
mit Zimt und Zucker
G,M

nach DGE-Empfehlung
Obst der Saison

nach DGE-Empfehlung
Obst der Saison

nach DGE-Empfehlung
Schokopudding
5-M

Kekse
Ei,Er,G1,G2,M,N1,N2,N3

Inhaltsstoffe:

G=Getreide M=Milch Ei=Ei So=Soja Sel=Sellerie Sen=Senf Ses=Sesam Er=Erdnüsse N=Schalenfrüchte K=Krebstiere F=Fisch Su=Schwefeldioxid L=Lupine W=Weichtiere
1)Farbstoff 4)Geschmacksverstärker 5)Süßungsmittel 6) Säuerungsmittel 15)Nitropökelsalz G1=Weizen G2=Roggen G3=Gerste G4=Hafer N1=Mandel N2=Haselnuss N3=Walnuss

Zu- und Abbestellungen bedürfen der Schriftform (Fax oder E-Mail). Bitte geben Sie uns Ihre Bestellvorschau rechtzeitig auf. Wir sind ein nach EG Öko-Verordnung zertifizierter Bio-Betrieb, Kontrollstelle DE-ÖKO-006