



von 11 bis 15 Uhr

Das schmeckt mir!



10.KW

C+C Speiseplan vom:

02.03.-06.03.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Rührei mit Salzkartoffeln und Rahmspinat Ei,M	3 St. Gemüseaultaschen mit einer Kräutersauce Ei,G1,M,Sel	Polenta-Auflauf mit grünen Bohnen und Tomatensauce Ei,G,M,Sel	nach DGE-Empfehlung Vollkorn-Penne mit einer Süßkartoffelsauce und Karottenwürfeln Ei,G1,G2,M,Sel	nach DGE-Empfehlung Kürbis-Karottencreme-Suppe mit Kartoffeln dazu eine Scheibe Pumpernickel G1,G2,M,Sel
Menü 2	nach DGE-Empfehlung Vegetarischer Linseneintopf mit Gemüse aus Möhren, Sellerie und Lauch und Kartoffelwürfeln dazu ein Brötchen G,G1,Sel	nach DGE-Empfehlung Paniertes Seelachsfilet mit Vollkorn-Tomatennudeln dazu ein Beilagensalat Ei,F,G1,G2	nach DGE-Empfehlung Schnitzel wahlweise vom Schwein oder Hähnchen mit Tomaten-Rahmsauce dazu Reis und Rohkostsalat Ei,G1,M	Hackbällchen "Königsberger" von der Pute mit Reis und Erbsen-Möhrengemüse Ei,G,M	Chicken-Nuggets mit Curryreis dazu Paprika-Dip und Karottensalat 5-Ei,G1
Menü 3	Hähnchen-Nudel-Pfanne mit Möhren und einer Käse-Sahne-Sauce G1,M	"Chili con Carne" mit Rinderhackfleisch, Mais, roten Bohnen, Paprika und Reis G	Polenta-Auflauf mit grünen Bohnen und Tomaten-Hackfleisch-Sauce von der Pute Ei,G,M,Sel	Bockwurst von der Pute oder vom Schwein mit Kartoffelsalat in Essig-Öl 15-Ei,Sel,Sen	Gemüse-Nuggets mit Salzkartoffeln dazu Paprika-Dip 5-Ei,G1,Sel
Dessert	nach DGE-Empfehlung Naturjoghurt M	Naturjoghurt M	nach DGE-Empfehlung Naturjoghurt M	Naturjoghurt M	Naturjoghurt M
Dessert	Quark mit Vanillegeschmack 5-M	nach DGE-Empfehlung Kirschquark 5-M	Apfelmus 5	nach DGE-Empfehlung Müsljoghurt G1,G2,M,N1,N2,N3	nach DGE-Empfehlung Obst der Saison
Dessert (Aufpreis 0,30 €)	Äpfel	Banane	Obst der Saison	Mandarine	Kiwi
Unser Premiummenü nach DGE mit Bio-Anteil (Aufpreis 1,00 €)	Premium-Menü Vegetar. Linseneintopf mit Bio-Gemüse aus Möhren, Sellerie und Lauch und Kartoffelwürfeln dazu 1 Bio-Vollkornbrötchen G1,G2,Sel	Premium-Menü Fischfilet "natur" mit Vollkorn-Bio-Tomatennudeln dazu ein Beilagensalat F,G1,G2	Premium-Menü Schnitzel vom Hähnchen mit Bio-Tomaten-Rahmsauce dazu Reis und Rohkostsalat Ei,G1,M	Premium-Menü Vollkorn-Penne mit einer Süßkartoffelsauce und Bio-Karottenwürfeln Ei,G1,G2,M,Sel	Premium-Menü Kürbis-Karottencreme-Suppe mit Bio-Kartoffeln dazu eine Scheibe Pumpernickel G1,G2,M,Sel

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 Bestellvorgabe rechtzeitig auf. Wir sind ein nach EG Öko-Verordnung zertifizierter Bio-Betrieb, Kontrollstelle DE-ÖKO-006