



von 11 bis 15 Uhr

Das schmeckt mir!



11.KW

C+C Speiseplan vom:

09.03.-13.03.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

nach DGE-Empfehlung
Nudeln
mit einem hellem
Gemüseragout
aus Möhren, Erbsen und Mais
G1,M

Quarkplätzchen
mit Apfelkompott
und Himbeersauce
1-Ei,G1,M

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



Menü 2

Putenfrikadelle
an Bratensauce
und Salzkartoffeln
dazu ein Beilagensalat
Ei,G1

nach DGE-Empfehlung
Pochiertes Wildlachsfilet
mit Petersilienkartoffeln
und Kräuter-Senf-Sauce
dazu Blattsalat
F,M,Sen

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 wahlweise
von der Pute
oder vom Schwein
dazu Kartoffelpüree
und Mixsalat
5,15-M

Menü 3

Wirsing-Hackfleisch-Eintopf
vom Rind
mit Kartoffeln, Möhren,
Sellerie und Lauch
Sel

Kartoffel-Kohlrabi-Auflauf
mit Hähnchenwürfeln
und Käse-Kräuter-Sauce
Ei,M

Hähnchenschnitzel
mit Reis
und brauner Sauce
dazu Mixsalat
Ei,G

Mageres
Hähnchengeschnetzeltes
in Rahmsauce
dazu Salzkartoffeln
und ein Beilagensalat
M

Nudeln
mit Blattspinat in Rahm
dazu ein gemischter Salat
G1,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
Bananenquark
5-M

nach DGE-Empfehlung
Obst der Saison

nach DGE-Empfehlung
Schokopudding
5-M

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

Dessert

Äpfel

Obst der Saison

Banane

Birne

Kiwi

(Aufpreis 0,30 €)

Unser
Premiummenü
nach DGE
mit Bio-Anteil
(Aufpreis 1,00 €)

Premium-Menü
Nudeln
mit einem hellem
Bio-Gemüseragout
aus Möhren, Erbsen und Mais
G1,M

Premium-Menü
Pochiertes Wildlachsfilet
mit Bio-Petersilienkartoffeln
und Kräuter-Senf-Sauce
dazu Blattsalat
F,M,Sen

Premium-Menü
Asiatische Bio-Gemüsepfanne
aus Karotten, Kohlrabi,
Zuckererbsen,
Mungobohnensprossen
mit Reis in Kokoscreme
Ei,G1,M,N,Sel,So

Premium-Menü
Südafrikanischer gebackener
Maisauflauf ("Bore Pap")
mit Bio-Lauch und Bio-Käse
Ei,G,M,Sel

Premium-Menü
Currywurst von der Pute
dazu Bio-Kartoffelpüree
und Mixsalat
5,15-M

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