



von 11 bis 15 Uhr

# Das schmeckt mir!



12.KW

C+C Speiseplan vom:

16.03.-20.03.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

Blumenkohl in Rahm  
dazu Petersilienkartoffeln  
und ein Beilagensalat  
M

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

**nach DGE-Empfehlung**  
Tofu-Gemüse-Curry  
(Blumenkohl, Karotten,  
Lauch und Erbsen)  
dazu Reis und Blattsalat  
G,M,Sel,So

Allgäuer Käsespätzle  
mit Zwiebelsauce  
und Möhrensalat  
Ei,G1,M,Sel

**nach DGE-Empfehlung**  
Spaghetti  
mit tomatisiertem Gemüseragout  
aus Paprika, Zucchini  
und Aubergine  
dazu einen Eisbergsalat  
G1

Menü 2

**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

Hühnerfrikassee  
mit Erbsen, Spargel  
und Möhren  
dazu Reis  
G,M

**nach DGE-Empfehlung**  
Gulaschsuppe vom Rind  
mit Kartoffeleinlage,  
Paprika, Zwiebeln  
dazu ein Brötchen  
G1,Sel

Geschmorter Puten-Gulasch  
in Rahmsauce  
mit Salzkartoffeln  
und Rotkohl  
M

Menü 3

Erbseneintopf  
mit Rindfleischeinlage,  
Kartoffeln und Gemüse aus  
Möhren, Sellerie und Lauch  
dazu eine Scheibe  
Vollkornbrot  
G1,G2,Sel

Gebratenes Hähnchensteak  
oder Schweinesteak  
mit gerahmten Möhren  
dazu Kartoffelpüree  
M

Putenschnitzel  
"Cordon Bleu Art"  
mit Kartoffeln  
und Rahmsauce  
dazu Möhrensalat  
15-Ei,G1,M

Hähnchenbrust  
mit Rahmsauce,  
und Schwenkkartoffeln  
dazu Gurkensalat  
M

Vegetarischer Grüner-Gemüse-  
Kartoffel-Curry-Topf  
mit Bohnen, Erbsen  
und Lauch  
M,Sel

Dessert

Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

**nach DGE-Empfehlung**  
Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

Dessert

**nach DGE-Empfehlung**  
Erdbeerquark  
5-M

**nach DGE-Empfehlung**  
Obst der Saison

**nach DGE-Empfehlung**  
Apfel-Birnen-Kompott  
5

Grießpudding  
5-G1,M

**nach DGE-Empfehlung**  
Pudding mit Vanillegeschmack  
5-M

Dessert

Äpfel

Banane

Obst der Saison

Mandarine

Kiwi

(Aufpreis 0,30 €)

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

**Premium-Menü**  
Vegetarischer Erbseneintopf  
mit Kartoffeln und Bio-Gemüse  
aus Möhren, Sellerie  
und Lauch dazu eine Scheibe  
Vollkornbrot  
G1,G2,Sel

**Premium-Menü**  
Pochiertes Seelachsfilet  
"natur" in Kräuterrahmsauce  
und Bio-Salzkartoffeln  
dazu Gurkensalat  
F,M

**Premium-Menü**  
Tofu-Bio-Gemüse-Curry  
(Blumenkohl, Karotten,  
Lauch und Erbsen)  
dazu Reis und Blattsalat  
G,M,Sel,So

**Premium-Menü**  
Gulaschsuppe vom Rind  
mit Bio-Kartoffeleinlage,  
Paprika, Zwiebeln  
dazu ein Brötchen  
G1,Sel

**Premium-Menü**  
Spaghetti mit tomatisiertem  
Bio-Gemüseragout  
aus Paprika, Zucchini  
und Aubergine  
dazu einen Eisbergsalat  
G1

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