



von 11 bis 15 Uhr

# Das schmeckt mir!



31.KW

C+C Speiseplan vom:

27.07.-31.07.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

Rührei  
mit Salzkartoffeln  
und Rahmspinat  
Ei,M

3 St. Gemüsemaultaschen  
mit einer Kräutersauce  
Ei,G1,M,Sel

Reibekuchen  
mit frischem Apfelmus  
Ei,G1

**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  
Pumpnickel  
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**  
gebratenes Hokifilet  
mit Petersilienkartoffeln  
und Kräuter-Senf-Sauce  
dazu Blattsalat  
Ei,F,G1,M,Sen  
Gericht kann Gräten enthalten

**nach DGE-Empfehlung**  
Steak  
vom Schwein oder Hähnchen  
mit Tomaten-Rahmsauce  
dazu Reis  
und Rohkostsalat  
G,M

Bockwurst  
von der Pute  
oder vom Schwein  
mit Kartoffelsalat  
in Essig-Öl  
15-Ei,Sel,Sen

Chicken-Nuggets  
mit Curryreis  
dazu Paprika-Dip  
und Karottensalat  
5-Ei,G1

Dessert

Naturjoghurt  
M

**nach DGE-Empfehlung**  
Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

Naturjoghurt  
M

Dessert

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

Kirschquark  
5-M

**nach DGE-Empfehlung**  
Apfelmus  
5

**nach DGE-Empfehlung**  
Müslijoghurt  
G1,G2,M,N1,N2,N3

**nach DGE-Empfehlung**  
Obst der Saison

Dessert

Äpfel

Banane

Obst der Saison

Nektarine

Kiwi

(Aufpreis 0,30 €)

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