



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
(Vegi)

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

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
Obst der Saison

Grießpudding
5-G1,M

nach DGE-Empfehlung
Pudding mit Vanillegeschmack
5-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