



von 11 bis 15 Uhr

Das schmeckt mir!



34.KW

Speiseplan vom:

17.08.-21.08.2020

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1

nach DGE-Empfehlung
Vegetarische Spaghetti
"Bolognese"
mit Sojahack
und Erbsen
G1,Sel,So

nach DGE-Empfehlung
Brokkolicremesuppe
mit Kartoffelwürfeln
dazu eine Scheibe Brot
G1,G2,M,Sel

Rührei
mit Rahmspinat
und Kartoffelpüree
Ei,M

gebackener Reisauflauf
mit Zimt, Zucker
an Kirschsauce
G,M

Menü 2

Gyros-Reis-Pfanne
vom Hähnchen
mit Paprika
und Tzatziki
G, M

Brathähnchen
mit Kartoffelpüree
und Maisgemüse
M

nach DGE-Empfehlung
Putengulasch
in Rahmsauce
dazu Reis
und ein Möhrensalat
G,M,Sel

nach DGE-Empfehlung
Vegetarischer Karotteneintopf
mit Kartoffelwürfeln
dazu eine Scheibe
Vollkorn-Pumpernickel
G1,G2,Sel

Menü 3

Tomate-Mozzarella-Salat
mit Basilikumpesto
und Baguette
G1,M

Eisbergsalat mit Tomate,
Gurke und Fetawürfel
dazu Essig-Öl-Dressing
und 1 Brötchen
G1,G2,M

Herzhafter Geflügelsalat
vom Hähnchen mit Paprika,
Mais und Tomate
in leichter Kräutermayo
dazu 1 Brötchen
G1,G2,M

"Rohkostteller"
Kohlrabi, Möhren, Gurken,
Paprika mit Kräuterdip
und 1 Brötchen
G1,G2,M

Dessert

Karamellpudding
5-M

Milchreis
5-G,M

Pfirsichjoghurt
5-M

Obst
der Saison

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