

Speisekarte vom 27.04.2020 - 03.05.2020 Bio Speiseplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Blumenkohlröschen mit Schnittlauchsauce (g) und hausgemachtem Bio Kartoffelpüree (g)	Chili sin Carne (a/a7'/f/g) dazu ein Vollkornbrötchen (a/a1/a2/a3/a4/a7/f'/g'/k)	Vollkorn-Gemüsebratling (a/a1/a7/c) mit Bio-Kräuterquark (g) und Bio-Cous Cous (a/a7)	Tortelliniauflauf (3/5/a/a1/a7/c/f'/g'/i'/l) in einer Tomaten Spinatsauce (i) und mit Käse überbacken (g)	Gemüsestrudel (a/a1/a7/c'/f'/g'/h'/h1'/h2'/i) mit Petersiliensauce (g) und hausgemachtem Bio Kartoffelpüree (g)
	Frisches Obst der Saison (7)	Beerenjoghurt (g)	Bio-Obst	Apfelzimtquark (3/g)	Karottensalat (3)
	BE 4	BE 8	BE 8	BE 7	BE 4
	323 Kcal / 1353KJ / 13,4 Fett / 37,3 KH / 11,1 Eiweiß	689 Kcal / 2890KJ / 25,4 Fett / 84,2 KH / 26,3 Eiweiß	601 Kcal / 2537KJ / 9,7 Fett / 87,2 KH / 34,6 Eiweiß	586 Kcal / 2465KJ / 18 Fett / 73,1 KH / 28,8 Eiweiß	327 Kcal / 1361KJ / 19,8 Fett / 28,9 KH / 6,7 Eiweiß
Menü 2	grüner Bohnen Eintopf (i) mit Rindfleisch	Vegetarisch gefüllte Paprikaschote (a/a7/c'/f'/g'/i/j) auf einer Tomatensauce (i) mit Bio Vollkornreis	Bio-Spirelli Nudeln (a/a7) an einer Thunfisch-Tomatensauce (a/a7'/d/i)	Zitronen Hähnchen (3) mit Bio Butterkartoffeln (g) an frankfurter grüne Soße (g)	Gedünstetes Seelachsfilet (d/i) mit Spinat und (g) Bio Salzkartoffeln
	Frisches Obst der Saison (7)	Beerenjoghurt (g)	Bio-Obst	Apfelzimtquark (3/g)	Karottensalat (3)
	BE 3	BE 10	BE 15	BE 2	BE 2
	143 Kcal / 599KJ / 1,3 Fett / 20,3 KH / 11 Eiweiß	642 Kcal / 2711KJ / 10,3 Fett / 108,4 KH / 22,4 Eiweiß	944 Kcal / 4004KJ / 5,2 Fett / 171,1 KH / 49,2 Eiweiß	433 Kcal / 1812KJ / 23,1 Fett / 15,4 KH / 38,6 Eiweiß	293 Kcal / 1231KJ / 11,6 Fett / 9,8 KH / 35,4 Eiweiß

Wir können nicht ausschließen, dass es zu Kreuzkontaminationen mit unten stehenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

Änderungen vorbehalten!

3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 7 gewachst, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, h1 mit Mandeln, h2 mit Haselnüssen, i mit Sellerie*, j mit Senf*, k mit Sesam*, l mit Schwefeldioxid und Sulfiten (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)

*Bio-Zutaten aus ökologisch-biologischem Anbau (DE-ÖKO-006)

*und Erzeugnissen daraus