

Speisekarte vom 21.09.2020 - 25.09.2020 Bio-Speiseplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Bio-Kartoffeln mit einem cremigen Bio-Kräuterquark (g) und Leinöl	Tortelliniauflauf (3/5/a/a1/a7/c/f'/g/i'/l) aus Bio-Tortellinis in einer Tomaten-Spinatsoße (i) mit Käse überbacken (g)	Gebratener Eierreis mit (c) Mais, Frühlingszwiebeln, Möhren und Zucchini	Bio-Vollkornnudeln (a/a7) mit einer Erbsen-Käsesoße (1/g)	Vorspeise: Gemüsesuppe Milchreis (g) mit Zimt-Zucker und Apfelmus (3)
	Bio-Obst	Erdbeerbuttermilchdessert (g)	Bio-Obst	Bio-Joghurt mit Heidelbeeren (g)	Gemüsesticks
	BE 5	BE 7	BE 4	BE 9	BE 9
	390 Kcal / 1634KJ / 10,8 Fett / 46,5 KH / 23,8 Eiweiß	572 Kcal / 2400KJ / 18,2 Fett / 71 KH / 29 Eiweiß	248 Kcal / 1045KJ / 7,2 Fett / 37,7 KH / 7,6 Eiweiß	735 Kcal / 3090KJ / 18,1 Fett / 104,1 KH / 33,1 Eiweiß	525 Kcal / 2224KJ / 4,5 Fett / 107,3 KH / 12,7 Eiweiß
Menü 2	Bunter Linseneintopf (h/i) mit Bio-Gemüse (Möhren, Selleri und Kartoffeln) dazu Vollkornbrot (a/a1/a2/a3/a5/a7/k')	Bio-Gnocchi aus Kartoffeln (a'/a2'/a3'/a4'/a7'/c/g'/i') an einer Kräutersoße (a/a1/a7/g)	Rinderboulette (9/a/a1/a7) mit Erbsen-Möhrengemüse und hausgemachtem Bio-Kartoffelpüree (g) an einer Bratensoße (a'/g)	Pochierte Hähnchenbrust "Mexicana" mit pikantem Gemüse (Mais, Kidneybohnen und Paprika) dazu Bio-Vollkornreis	Dillhappen vom Matjes (2/c/d/g/j) mit Bio-Salzkartoffeln
	Bio-Obst	Erdbeerbuttermilchdessert (g)	Bio-Obst	Bio-Joghurt mit Heidelbeeren (g)	Gemüsesticks
	BE 7	BE 10	BE 9	BE 8	BE 4
	488 Kcal / 2058KJ / 5,2 Fett / 71,3 KH / 28,6 Eiweiß	690 Kcal / 2909KJ / 19,3 Fett / 112,6 KH / 15,7 Eiweiß	906 Kcal / 3782KJ / 42,1 Fett / 95,4 KH / 29,9 Eiweiß	589 Kcal / 2494KJ / 6,9 Fett / 90,9 KH / 39,7 Eiweiß	544 Kcal / 2261KJ / 32,3 Fett / 46,7 KH / 14,5 Eiweiß

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

Änderungen vorbehalten!

1 mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, 9 mit Phosphat, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a4 mit Hafer*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, h mit Schalenfrüchten, 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