

Speisekarte vom 26.10.2020 - 30.10.2020 Bio-Speiseplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Hirse-Käse-Taler (a/a1/a7/c/g) mit Bio-Möhrengemüse und Bio-Kartoffeln	Auflauf aus Bio-Kartoffeln und Bio-Brokkoli (g) mit Käse überbacken auf einer Sahnesoße (a/a1/a7/g)	Bio-Vollkornnudeln (a/a7) in einer Champignonsoße aus Bio-Champignons (a/a1/a7/g)	Bio-Langkornreis mit Kokos-Gemüse (Bio-Möhren, Bio-Lauch, grüne Bio-Bohnen) (a/a1/a7) und Rosinen	Vegetarische Frühlingsrolle (a/a1/a7/f/g/i) mit hausgemachtem Sweet-Chili-Dip und Bio-Langkornreis
	Frisches Obst der Saison	Kirschjoghurt (g)	Bio-Obst	Bio-Joghurt mit Beerenmix (g)	Gemüsesticks
	BE 4 187 Kcal / 787KJ / 0,7 Fett / 38,2 KH / 5,2 Eiweiß	BE 6 542 Kcal / 2261KJ / 26,6 Fett / 56,3 KH / 15 Eiweiß	BE 9 588 Kcal / 2479KJ / 9,1 Fett / 100,4 KH / 20,6 Eiweiß	BE 7 476 Kcal / 2003KJ / 14,7 Fett / 69,9 KH / 12,8 Eiweiß	BE 9 570 Kcal / 2405KJ / 9,4 Fett / 106,7 KH / 11,8 Eiweiß
Menü 2	Bunter Gemüse Eintopf mit (i) Bio-Blumenkohl, grünen Bio-Bohnen, Bio-Möhren und Bio-Erbsen dazu Vollkornbrot (a/a1/a2/a3/a5/a7/k')	Bio-Nudeln mit einem (a/a7) Tomatengemüseragout (Bio-Zucchini, Bio-Paprika, Cocktailtomaten)	Mit Käse gefüllte Rinderhackfleischrolle (3/a/a1/a7/c/f/g) dazu Balkangemüse (g) und Bio-Vollkornreis	Geflügel-Goulasch aus Bio-Hähnchen mit Paprika und Champignons dazu Bio-Kartoffeln	Backfisch (a/a7/d) mit hausgemachtem Kartoffel-Gurkensalat (3/5/l) aus Bio-Kartoffeln
	Frisches Obst der Saison	Kirschjoghurt (g)	Bio-Obst	Bio-Joghurt mit Beerenmix (g)	Gemüsesticks
	BE 3 189 Kcal / 794KJ / 4 Fett / 27,1 KH / 8 Eiweiß	BE 10 497 Kcal / 2103KJ / 3,1 Fett / 97,5 KH / 17,1 Eiweiß	BE 9 749 Kcal / 3143KJ / 26,9 Fett / 96,1 KH / 27,7 Eiweiß	BE 5 432 Kcal / 1811KJ / 8,6 Fett / 54,8 KH / 31 Eiweiß	BE 4 392 Kcal / 1640KJ / 17 Fett / 40,4 KH / 17,6 Eiweiß

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

Änderungen vorbehalten!

3 mit Antioxidationsmittel, 5 geschwefelt, a mit glutenhaltigem Getreide*, a1 mit Weizen*, a2 mit Roggen*, a3 mit Gerste*, a5 mit Dinkel*, a7 mit Hybridstämme*, c mit Eiern*, d mit Fisch*, f mit Sojabohnen*, g mit Milch (einschl. Laktose)*, i mit Sellerie*, 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