

Speisekarte vom 18.11.2019 - 24.11.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Gebackener (1/a/a1/a7/c/i) Vollkorn-Bratling mit (a/a7/g) Buntem Rahmgemüse dazu BIO Salzkartoffeln	Gebratenes Gemüse (3/5/f/i/j/k/l) mit Basilikumöl, (g) hausgemachtem Tzatziki und BIO Wildreis-Kräuterreis-Mix	Bunter (3/5/h/i/l) Linseneintopf mit Berglinsen, Karotten, Erbsen, (a/a2/a3/a4/a7/k) BIO Kartoffeln und Brötchen	Buntes (g) Gemüserisotto mit italienischem Käse, Spinat, Karottenstreifen und Basilikumpesto	Chilli sin Carne mit Soja-Hack (5/f/l) Kidneybohnen, Mais bunten Paprikastreifen und Tortilla-Chips
	Obst	Tomatensalat ohne Zwiebeln (3/5/l)	Obst	Gemüsesticks	Gurkensalat (3/5/l)
	BE 8 524 Kcal / 2199KJ / 15,6 Fett / 78,6 KH / 16,7 Eiweiß	BE 13 811 Kcal / 3430KJ / 9,9 Fett / 151,5 KH / 25,4 Eiweiß	BE 8 546 Kcal / 2308KJ / 4,9 Fett / 87,7 KH / 28,6 Eiweiß	BE 6 498 Kcal / 2096KJ / 14,9 Fett / 69 KH / 21,4 Eiweiß	BE 4 298 Kcal / 1251KJ / 2,9 Fett / 36,7 KH / 29,5 Eiweiß
Menü 2	Bunter (5/i/l) Gemüseintopf mit Fenchel, Karotte, Lauch, Zucchini und Hähnchenfleisch	Rindergeschnezzeltes (a/a1/a7/g) mit (a/a7/c/f') Zwiebeln, Champignons, Thymian, dazu Kräuterspätzle	Gebackener (j) Schweinekammbraten mit Rahm Rosenkohl und Apfelwürfeln (3/a/a1/a7/g) dazu BIO Kartoffeln	Gebackene Jägerschnitzel (2/3/a/a7/c/f'/g/i'/j) mit (f) Tomaten-Rahmsauce dazu BIO Vollkorn-Kräuter-Nudeln (a/a7)	Pochiertes Wildlachs (d) mit Mediterranem Gemüse und BIO Vollkorn Reis
	Obst	Tomatensalat ohne Zwiebeln (3/5/l)	Obst	Gemüsesticks	Gurkensalat (3/5/l)
	BE 3 238 Kcal / 998KJ / 5,4 Fett / 23,5 KH / 22,6 Eiweiß	BE 11 853 Kcal / 3601KJ / 16,8 Fett / 131,3 KH / 40,1 Eiweiß	BE 7 841 Kcal / 3514KJ / 47,1 Fett / 68,2 KH / 33,9 Eiweiß	BE 9 770 Kcal / 3231KJ / 28,4 Fett / 98,9 KH / 26,8 Eiweiß	BE 31 1761 Kcal / 7462KJ / 16,1 Fett / 362,8 KH / 41 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, 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, 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

nobis gGmbH Der Dienstleister, Triftstraße 38, 13127 Berlin