





# Speisekarte vom 11.03. – 15.03.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Menü 1</b>	Vegetarische Soljanka mit Paprika, Gurke (2,8,a,i) und saurer Sahne (g,) dazu eine Scheibe Brot(a)	Putengulasch "Pusztá" in pikanter Tomatensoße (Paprikastreifen) (3,5,a,g,l), dazu Bio- Langkornreis 	Gabelspaghetti(a) mit einer Tomatensauce(a,3,5,l) und geriebenen Käse(g)	Leberkäse(2,3,9) aus dem Ofen mit Bayrisch Kraut(2,3), Sauce(a) und Bio-Salzkartoffeln 	Gebratenes Seelachsfilet(a,d) mit Ratatouille(3,5,l) und Langkornreis 
	Frisches Obst der Saison	Eisbergsalat mit Joghurdressing(3,5,g,l)	Vanillepudding (1,g) und einer Schokosauce(g)	Gemügesticks mit einem Quarkdipp(g)  Frisches Obst der Saison	Karottensalat(3)
	236kcal,996kJ,3F,43KH,6EW	381kcal,1592kJ,9F,57KH,15EW	558kcal,2344kJ,19F,75KH,20EW	552kcal,2301kJ,22F,62KH,21EW	429kcal,1808kJ,9f,60KH,27EW
<b>Menü 2</b>	Spinat-Polentatasche(a,c,g,i) mit einem Kartoffel-Zucchini ragout(3,5,l,a)	Gebratene Spätzle(a,g) aus der Pfanne mit einer Paprikarahmsauce(a,g)	Eieromelette(c,f,g) mit Rahmspinat(a,g) und Kartoffelpüree(g) 	Überbackenes Kartoffel-Lauchgratin(1,g) mit einem bunten Rahmgemüse(a,g)	Vegetarischer Weißer Bohneneintopf mit f(a,i), dazu ein Vollkornbrötchen(a)
	Frisches Obst der Saison	Eisbergsalat mit Joghurdressing(3,5,g,l)	Vanillepudding (1,g) und einer Schokosauce(g)	Gemügesticks mit einem Quarkdipp(g)  Frisches Obst der Saison	Karottensalat(3)
	413kcal,1734kJ,11F,67KH,10EW	1269kcal,5309kJ,112F,53KH,13EW	495kcal,2066kJ,27F,44KH,17EW	688kcal,2854kJ,32F,75KH,20EW	236kcal,985kJ,3F,46KH,7EW

Wir können nicht ausschließen daß es zu Kreuzkontaminationen mit unten auslösenden Stoffen/Lebensmitteln kommt:

## Änderungen vorbehalten!

- 1 – mit Farbstoff
- 2 – konserviert
- 3 – mit Antioxidationsmittel
- 4 – mit Geschmacksverstärker
- 5 – geschwefelt
- 6 – geschwärzt
- 7 – gewachst
- 8 – mit Süßungsmittel
- 9 – mit Phosphat

- a – mit glutenhaltigem Getreide (Weizen<sup>1</sup>, Roggen<sup>2</sup>, Gerste<sup>3</sup>, Hafer<sup>4</sup>, Dinkel<sup>5</sup>, Kamut<sup>6</sup>, Hybridstämme<sup>7</sup>)\*
- b – mit Krebstieren\*
- c – mit Eiern\*
- d – mit Fisch\*
- e – mit Erdnüssen\*
- f – mit Sojabohnen\*
- g – mit Milch (einschl. Laktose)\*
- h – mit Schalenfrüchten (Mandel<sup>1</sup>, Hasel<sup>2</sup>, Wal<sup>3</sup>, Cashew<sup>4</sup>, Pekan<sup>5</sup>, Paranuss<sup>6</sup>, Pistazie<sup>7</sup>, Macadamia<sup>8</sup>, Queenslandnuss<sup>9</sup>)
- i – mit Sellerie\*

- j – mit Senf\*
- k – mit Sesam\*
- l – mit Schwefeldioxid und Sulfiten
- m – mit Lupinen\*
- n – mit Weichtieren\*

\*und Erzeugnissen daraus

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

**nobis gGmbH Der DIENSTLEISTER, Triftstraße 38, 13127 Berlin**