




Speisekarte vom 25.03. – 29.03.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1	Vegetarischer Weißkohleintopf(3,5,a,g,i,l) mit Suppengemüse und einer Scheibe Brot(a)	Bio-Spirelli (a) mit Sauce "Bolognese" und geriebenen Käse(g) 	Hähnchenbrustschnitzel(1,a) mit Rahmsoße (a,g,n)Bio Buttererbsen (g,n) und Salzkartoffeln 	Vegetarische Klopse(a,c,f,i) mit Kapernsauce(a,g,i), Rote Beetemus(3,5,8,l) und Kartoffelpüree(g)	Gedünstetes Seelachsfilet auf Dillsoße (a,d,g,i,n) mit Karottengemüse (g,n) und Salzkartoffeln 
	Frisches Obst der Saison	Tomatensalat(3,5,l)	Rohkost(Bio), Frisches Obst (Bio)	Rohkost(Bio), Frisches Obst (Bio)	Rohkost(Bio), Frisches Obst (Bio)
	249kcal,1043kJ,1F,49KH,6EW	873kcal,3677kJ,27F,120KH,40EW	519kcal,2176kJ,15F,54Kh,41EW	682kcal,2860kJ,30F,68KH,32EW	680kcal,2849kJ,11F,108KH,33EW
Menü 2	Muschelnudeln (a)mit Spinatrahmsauce(a,g) und geriebenen Käse(g)	Gemüsecurry mit Joghurt(a,g,i) und Langkornreis	Chili sin Carne(a,i) mit einem Brötchen	Bio- Bulgur (a,g,n) mit Ratatouillegemüse (3,5,a) und Quarkdip (g,n)	Vegetarische paprika mit Tomatenrahmsauce(3,5,g,l) und langkornreis
	Frisches Obst der Saison	Tomatensalat(3,5,l)	Rohkost(Bio), Frisches Obst (Bio)	Rohkost(Bio), Frisches Obst (Bio)	Karottensalat(3)
	775kcal,3258kJ,11F,138KH,28EW	340kcal,1430kJ,9F,55KH,8EW	491kcal,2056kJ,6F,82KH,24EW	339kcal,1418kJ,5F,55KH,16EW	470kcal,1973kJ,15EF,64Kh,20EW

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

Dazu reichen wir wöchentlich frische Obst- und Gemüsekörbe (100% Bio)!

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 (Weizen¹, Roggen², Gerste³, Hafer⁴, Dinkel⁵, Kamut⁶, Hybridstämme⁷)*
- b – mit Krebstieren*
- c – mit Eiern*
- d – mit Fisch*
- e – mit Erdnüssen*
- f – mit Sojabohnen*
- g – mit Milch (einschl. Laktose)*
- h – mit Schalenfrüchten (Mandel¹, Hasel-², Wal-³, Cashew-⁴, Pekan-⁵, Paranuss⁶, Pistazie⁷, Macadamia-⁸, Queenslandnuss⁹)
- 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