



# Speiseplan

31 Kalenderwoche

## Montag

**Broccoli-Kartoffel-Cremesuppe (g,i,j) mit Sesamknäcke (a2,k)**

29.07.24

**Dazu:** Gurke

**Nachtisch:** Beeren- Joghurt (g,n)

## Dienstag

**Nudeln (a1) mit Käse-Sauce (g,i,j)**

30.07.24

**Dazu:** Möhre & Kohlrabi

**Nachtisch:** Pfirsich

## Mittwoch

**Chili sin Carne (f,i,j) mit Reis**

31.07.24

**Dazu:** Gurke & Joghurtdip (g,n)

**Nachtisch:** Wassermelone

## Donnerstag

**Kräuterquark (g) mit Leinöl und Salzkartoffeln**

01.08.24

**Dazu:** Tomate & Möhre

**Nachtisch:** Apfel

## Freitag

**Nudeln (a1) mit Tomaten-Sauce (i,j)**

02.08.24

**Dazu:** Rote Bete & Tomate

**Nachtisch:** Pfirsich

VK = Vollkorn. Das VK-Mehl fürs Brot mahlen wir frisch.

Allergene: (ax) Glutenhaltiges Getreide (wie (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Dinkel, (a4) Hafer, (a5) Gerste), (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse, (f) Soja, (g) Milch, (hx) Schalenfrüchte (wie (h1) Haselnüsse, (h2) Walnüsse, (h3) Mandeln, (h4) Cashew), (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesam, (m) Lupinen, (n) Honig