



Speiseplan

13 Kalenderwoche



Montag

24.03.25

Blumenkohl-Cremesuppe (i,j) mit Kokosmilch, dazu Vk-Knäckchen (a1,a2)

Dazu: Möhre & Fenchel

Nachtisch: Rhabarber- Joghurt (g,n)

Dienstag

25.03.25

Grießbrei (a1,g) mit hausgemachter Erdbeer-Apfel-Sauce

Dazu: rote Bete- und Kohlrabisticks mit Karottenhumus

Nachtisch: 0

Mittwoch

26.03.25

Hirse-Sonnenblumen-Püfferchen (f,j) mit Brokkoli- Bechamel (a1,g,i,j) und Vk-Couscous (a1,i,j)

Dazu: Tomate & Paprika & Möhre

Nachtisch: Banane

Donnerstag

27.03.25

Kräuterquark (g) mit Leinöl und Salzkartoffeln

Dazu: Gurkensalat mit Radieschen (g,n)

Nachtisch: Apfel

Freitag

28.03.25

Vk-Nudeln (a1) mit Soja-Bolognese (f,i,j)

Dazu: bunte Möhren & Fenchel

Nachtisch: Orange

VK = Vollkorn

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