



Speiseplan

18 Kalenderwoche



Montag

Dicker Möhren-Kartoffel-Eintopf (i,j) mit Räuchertofu (f)

28.04.25

Dazu: Paprika & rote Bete & Kohlrabi

Nachtisch: Erdbeer- Kokosdrink (g)

Dienstag

Rührei (c,g) mit Erbsen-Couscous (a1,i,j) und Kräutersauce (a1,g,i,j)

29.04.25

Dazu: Fenchel & Möhre

Nachtisch: Apfel

Mittwoch

Goldener Dal (i,j) und hausgebackenes Vk-Brot (a1,a2,a3,a4)

30.04.25

Dazu: Gurkensalat (g,n) mit Dill

Nachtisch: Orange

Donnerstag

*** Mai-Feiertag ***

01.05.25

Dazu: -

Nachtisch: -

Freitag

*** Brückentag ***

02.05.25

Dazu: -

Nachtisch: -

VK = Vollkorn. Das Mehl fürs Brot mahlen wir frisch aus Dinkelkörnern. Außerdem benutzen wir Roggen- und Weizenmehl, etwas Hefe und Sauerteig.

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