



Speiseplan

KW 32



Montag

Schwäbische Linsen-Suppe (i,j) Suppengemüse und Spätzle (A1)

04.08.25

Dazu: Kohlrabi & Möhre
Nachtisch: Zitronenjoghurt (g)

Dienstag

Gebackene Tofu-Würfel (f) mit Vk- Tomatenhirse (i,j) und Muskat-Erbsen

05.08.25

Dazu: Paprika & Radieschen
Nachtisch: Zwetschgen

Mittwoch

Blumenkohl-Curry (i,j) mit Vk-Reis

06.08.25

Dazu: Gurkensalat (g,n)
Nachtisch: Schokopudding (g)

Donnerstag

Rührei (c,g) mit Rahmspinat (g) und Salzkartoffeln

07.08.25

Dazu: Tomate
Nachtisch: Trauben

Freitag

Gemüse-Lasagne (a1,g,i,j) mit Käse überbacken

08.08.25

Dazu: Paprika & Möhre
Nachtisch: Aprikose

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