



Speiseplan

9

Kalenderwoche



Montag

Klare Gemüsesuppe (i,j) mit Erbsen, Möhren, Sellerie, Porree und Nudeln (a1)

23.02.26

Dazu: Möhre & Paprika

Nachtisch: Pflaumen-Joghurt (g,n)

Dienstag

Rührei (c,g) mit Möhrenbechamel (a1,g,i,j) und Reis

24.02.26

Dazu: Grünkohl-rote Bete- Salat (f,j,n)

Nachtisch: Banane

Mittwoch

Chili sin Carne (f,i,j) mit Bulgur (a1,i,j)

25.02.26

Dazu: Gurke & Joghurt-Dip (g,n)

Nachtisch: Apfel

Donnerstag

Gebackene Tofuwürfel (f) mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Röstgemüsesauce (i,j)

26.02.26

Dazu: Möhre & Tomate

Nachtisch: Birne

Freitag

Käsespätzle (a1,g) mit Röstzwiebeln (a1)

27.02.26

Dazu: Kohlrabi & Paprika

Nachtisch: Orange

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