



# Speiseplan

16 Kalenderwoche



## Montag

### Grüne Bohnen-Kartoffel-Eintopf (h3,j) mit Sesam- Knäcke (a1,a2,k)

13.04.26

**Dazu:** Paprika & Möhre

**Nachtisch:** Naturjoghurt(g,n)

## Dienstag

### Überbackener Blumenkohl (g) mit Roter Linsensauce (i,j) und Vk-Reis

14.04.26

**Dazu:** Kohlrabi, Fenchel & bunte Möhre

**Nachtisch:** Banane

## Mittwoch

### Dal (i,j) aus Berglinsen und Gemüse mit Vk-Brot (a1,a2,a3,a4)

15.04.26

**Dazu:** Gurkensalat (g,n)

**Nachtisch:** Orange

## Donnerstag

### Herzhaftes Tofu-Gemüse-Gulasch (f,i,j) mit Salzkartoffeln

16.04.26

**Dazu:** Kohlrabi & Paprika

**Nachtisch:** Apfel

## Freitag

### Nudeln (a1) mit Erbsen-Sahne-Sauce (g,i,j)

17.04.26

**Dazu:** Tomate, Möhre & Radieschen

**Nachtisch:** Birne

VK = Vollkorn

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