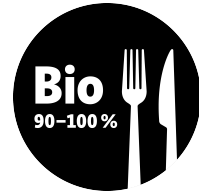




Speiseplan

38 Kalenderwoche



Montag

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

14.09.26

Dazu: Kohlrabi & Paprika

Nachtsch: Pflaumen-Joghurt (g,n)

Dienstag

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

15.09.26

Dazu: Möhre-Apfel-Salat (n)

Nachtsch: Wassermelone

Mittwoch

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

16.09.26

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

Nachtsch: Pflaumen

Donnerstag

Cremiges Kartoffelgratin mit Käsekruste (g,i,j), dazu Muskat-Brokkoli

17.09.26

Dazu: Tomate & Möhre

Nachtsch: Weintrauben

Freitag

Vk-Nudeln (a1) mit Tomaten-Sauce (i,j) & Reibemozzarella (g)

18.09.26

Dazu: Kohlrabi & Tomate

Nachtsch: Birne & Apfel

VK = Vollkorn. Das 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