



Dein Speiseplan

Vom 08. April bis 12. April 2024

Montag

Vollkorn Penne Rigate mit Basilikumpestosauce,
geriebenem Hartkäse und Knabbergurken A(1)/E(4)/G/L
362kcal/1520kJ

Joghurt mit BIO-Himbeeren g

Dienstag

MSC Alaska Seelachs Filetstreifen im Backteig
mit Karottengemüse und BIO-Langkornreis dazu Tomatensugo A(1)/F/G/H/L
452kcal/1899kJ

Vegetarische Alternative:

Vegetarischer Knusperbagel mit Karottengemüse
und BIO-Langkornreis dazu Tomatensugo A(1)/B/F/G/K/L
416kJ/1746kcal

Mini Berliner gefüllt mit Himbeer-Johannisbeere A(1)/F

Mittwoch

Erseneintopf mit Wurzelgemüse,
dazu ein BIO-Vollkornbrötchen A(1,3,4)/D/G/L
340kcal/1422kJ

Rohkost aus BIO Gurken & Mini-Tomaten

Donnerstag

Gebratene Knöpfle mit Pilzen in Kräutersauce
und BIO-Knabbermöhren A(1)/F/G/K/L
313kcal/1315kJ

Blattsalat mit Joghurt Dressing aus BIO-Joghurt g

Freitag

Gemüsereibekuchen mit Kräuterdip A(1,4)/F/G
411kcal/1869kJ

Schokoladenpudding g

Allergene und Zusatzstoffe / Allergens and Food Additives

A = Glutenhaltiges Getreide, Weizen(1), Roggen(2), Gerste(3), Hafer(4), Dinkel(5)
B = Sojabohnen **C** = Erdnüsse **D** = Sesamsamen **E** = Schalenfrüchte,
Mandeln(1), Haselnüsse(2), Walnüsse(3), Cashewnüsse(4), Pecannüsse(5), Paranüsse(6),
Pistazien(7), Macadamianüsse(8) **F** = Eier **G** = Milch & -produkte (inkl. Laktose)
H = Fisch **I** = Krebstiere **J** = Senf **K** = Sellerie **L** = Schwefeldioxid, Sulphite
M = Lupinen **N** = Weichtiere

1 = Farbstoff **2** = Konservierungsstoff **3** = gepökelt **4** = Nitrat

5 = Antioxidationsstoff **6** = Geschmacksverstärker **7** = geschwefelt

8 = geschwärzt **9** = gewachst **10** = Phosphat

11 = Süßungsmittel, Saccharin(a), Cyclamat(b), Aspartam/Phenylalaninquelle(c),
Acesulfam(d) **12** = gentechnisch verändert