

Speisenvorschlag

Woche 3	Montag, 12.01.2026	Dienstag, 13.01.2026	Mittwoch, 14.01.2026	Donnerstag, 15.01.2026	Freitag, 16.01.2026
Menü A		gebackene Gemüsestäbchen mit Bioreis, dazu Joghurtsauce mit Salatgurkenstreifen und ein Weisskrautsalat [3,9,A,Aa,Ab,Ac,Ad,C,G]	veganes Gemüseschnitzel mit Rahmsauce, dazu Kroketten und Wirsing [A,Aa,Ab,Ac,Ad,G]		
Menü A 1	Bio-Makkaroni (Z) Tomatensoße mit Tomatensoße, geriebenem Hartkäse und Salatgarnitur [2,A,Aa,Ab,Ac,Ad,G]	Cevapcici vom Rind mit Bioreis, dazu Joghurtsauce mit Salatgurkenstreifen und ein Weisskrautsalat [3,9,A,Aa,Ab,Ac,Ad,C,G,J]	natur gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Rahmsauce, dazu Kroketten und Wirsing [G]	Seelachs natur mit Dill-Joghurtdip, Salzkartoffeln und dicken Salatgurkenscheiben [A,Aa,Ab,Ac,Ad,D,G]	
Menü A 2					
Salat				zwei lauwarme Kartoffelröllchen mit Frischkäse gefüllt, dazu frischer Blattsalat mit Joghurtdressing [G] GLUTENFREI !!!	

Legende der kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe und Allergene :

1) Farbstoff, 2) Konservierungsstoff, 3) Antioxidationsmittel, 4) Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt, 7) gewächst, 8) Phosphat, 9) Süßungsmittel

A - Glutenhaltige Getreide: **Aa** enthält Gluten aus Weizen und Dinkel, **Ab** enthält Gluten aus Roggen, **Ac** enthält Gluten aus Gerste, **Ad** enthält Gluten aus Hafer,

B - Krebstiere, **C** - Eier, **D** - Fische, **E** - Erdnüsse, **F** - Sojabohnen, **G** - Milch (einschließlich Laktose),

H - Schalenfrüchte: **Ha** enthält Mandeln, **Hb** enthält Haselnüsse, **Hc** enthält Walnüsse, **Hd** enthält Cashewnüsse, **He** enthält Pecannüsse, **Hf** enthält Paranüsse, **Hg** enthält Pistazien, **Hh** enthält Macadamianüsse/Queenslandnüsse, **I** - Sellerie, **J** - Senf, **K** - Sesamsamen, **L** - Schwefeldioxid und Suplphite[ab10mg/kg], **M** - Lupine, **N** - Weichtiere, **Z** - Hartweizenvollkorngrieß

Dessert	Erdbeerquark [2,3,G]	Wackelpudding [1,G]	Milchpudding mit Butterkeksen [A,Aa,Ab,Ac,Ad,G]	frisches Saisonobst	
---------	-----------------------------	----------------------------	---	---------------------	--