

Woche vom xxxxxxxx - Bitte bis Mittwoch 11 Uhr zurück! Anzahl schweinfrei (wg. Religion): _____

	Gesamt Anzahl		Vollkost Fleisch / vegetarisch Klimaküche nachhaltig	Vegetarisch Vollkost Klimaküche nachhaltig	Glutenfrei Vollkost	Milch / Ei frei Vollkost
Mo		M G	- Linsensuppe mit Kartoffeln und Karotte wahlweise Kartoffel-Brokkolikremsuppe - Putenwiener geschnitten extra - Ayinger Landbrot 1050 - Vollkorn-Grießbrei mit Apfelmus wahlweise Apfelstrudel mit Vanillesauce (Bitte vermerken mit viel, wenn mehr Suppe oder Dessert gewünscht)	Linsensuppe mit Kartoffeln und Karotte wahlweise Kartoffel-Brokkolikremsuppe Frischkäsekugel Ayinger Landbrot 1050 Vollkorn-Grießbrei mit Apfelmus wahlweise Apfelstrudel mit Vanillesauce	Siehe Vollkost glutenfreies Brot Milchreis	Linsensuppe Putenwiener Ayinger Landbrot 1050 Koskosmilchreis mit Apfelmus
Di		M G	- Tortellini mit Gemüsefüllung - Carbonarasauce mit Putenschinken und Erbsen wahlweise Frischkäse-Zucchini sauce - Honigkokosjoghurt wahlweise Obst	Siehe Vollkost	Siehe Vollkost Maisnudeln mit Tomatensugo	Vegane Tortellini mit Tomatensugo Honigkokos-Sojajoghurt (S)
Mi		M G	- Eisbergsalat mit Karotte, Weißkohlstreifen, Gärtnergurken Balsamicodressing wahlweise Gemüsescheiben Karotte, Gurke, Paprika mit Dip - Geschnetzeltes von der Putenbrust in milder Currykokosmilchsauce - Asianudeln 505 wahlweise gelber Vollkornreis 1700	Eisbergsalat mit Karotte, Weißkohlstreifen, Gärtnergurken Balsamicodressing wahlweise Gemüsescheiben Karotte, Gurke, Paprika mit Dip Grünkerngemüsebolognese Bombay Asianudeln 505 wahlweise gelber Vollkornreis 1700	Siehe Vollkost mit Vollkornreis 1700	Siehe Vollkost und vegetarisch ist milchfrei und eifrei
Do		M G	- Frühlingsrollen vegetarisch wahlweise - Kartoffeltaschen gefüllt mit Kräutern und Käse - Tomatensauce Hawai mit Ananans - Basmatireis 405 wahlweise arabischer Bulgur 1700 - Stracciatella Joghurt wahlweise Obst	Siehe Vollkost	Käsescheibe gebraten mit Cornflakes Tomatensauce Hawai Basmatireis Dessert siehe Vollkost	Siehe Vollkost Frühlingsrollen Stracciatella-Sojajoghurt (S)
Fr		M G E F SF	- Putenhackbraten Senfrahmsauce 1700 wahlweise Wildlachsstückchen in Dill-Senfrahmsauce 1700 - Kartoffelpüree wahlweise kleine Kartoffeln mit Schale - Schokopudding wahlweise Obst	Reis-Karotten-Käsebratling Kräutersenfrahmsauce Kartoffelpüree / kleine Kartoffeln mit Schale Schokopudding / Obst	Wildlachsstückchen in Dill-Senfrahmsauce oder Reis-Karotten-Käsebratling Beilagen siehe Vollkost	Wildlachsstückchen in Dill-Kokos-Senfrahmsauce kleine Kartoffeln Zaziki vom Sojajoghurt Obst (S)

Nachspeisen können immer durch Obst ersetzt werden – Gemüse/Salat- oder Obstkisten auf Anfrage (wöchentlich)

Bio zertifiziert durch: DE-ÖKO 006 Produktliste (Fairfleisch / regional)

Mehitypen geben Mineralstoffgehalt des Mehls an, je höher die Zahl desto vollwertiger, mehr Ballaststoffe (1700 = Vollkornmehl). Warme Saucen, wenn erforderlich sind ausschließlich mit frisch gemahlenem Vollkornreismehl 1700 glutenfrei gebunden

Allergene (Spalte „A“): G = Gluten, K = Krebstieren, E = Eier, F = Fisch, EN = Erdnüsse, S = Soja, M = Milch, N = Schalenfrüchte, L = Lupine, W = Weichtiere, SE = Sellerie, SF = Senf, SA = Sesam, SS = Schwefeldioxid / Sulfit

Alternativen: Siehe ausgehändigtes Beiblatt vom 01/2020

Speiseplan unter Vorbehalt von Änderungen mögliche Lieferengpässe durch den Coronavirus und deren Folgen von Leerkäufen bei unseren Lieferanten