



Woche 10.06.-14.06.2019 (Änderungen vorbehalten)

<b>Montag</b>	Klassik			
	Veggie			
	Vital			
	Frische-Bar			
<b>Dienstag</b>	Klassik	Mexicanische Pfannengemüse (21) (Bio-Möhren, Bio-Paprika, Bio-Sellerie, Bio-Mais) mit einer Mojosauce (1,2,21) (Bio-Möhren, Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Paprika) und Rahmpolenta (12,21,22)	kcal: 298 F: 10.8	E: 11.1 KH: 38.2
	Veggie			
	Vital			
	Frische-Bar	Obst, Gemüse, Kichererbsen-Frischkäsedip(12,21,22), Himbeerjoghurt(12)		
<b>Mittwoch</b>	Klassik			
	Veggie	Möhreneintopf (12,21) (Vorsuppe) (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Butter), Eierkuchen (1,2,8,12) gefüllt mit einem Heidelbeerquark (12)	kcal: 426 F: 16.0	E: 17.1 KH: 52.1
	Vital			
	Frische-Bar	Obst und Gemüse, Kidneybohnen-Maissalat, Gelbe Linsen-Dip (21,22)		
<b>Donnerstag</b>	Klassik	Berliner Kartoffelsuppe (12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhren) dazu eine Geflügelwiener (21,22)	kcal: 254 F: 5.4	E: 14.1 KH: 35.9
	Veggie	Frische Spätzle (1,2,6,8,12) aus der Pfanne mit einem Mais-Erbsengemüseragout (1,2,12,21) (Bio-Sellerie, Bio-Möhren, Bio-Erbsen)	kcal: 456 F: 12.1	E: 19.0 KH: 66.6
	Vital			
	Frische-Bar	Obst und Gemüse, weiße Kidneybohnen-Dip (12,21,22), Vanillequark (12)		
<b>Freitag</b>	Klassik	Milchschnitzelragout (1,2,5,8,12,21) mit buntem Gemüse (Bio-Erbsen, Bio-Blumenkohl, Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und Couscous (1,2,21,22) (Bio-Couscous)	kcal: 265 F: 5.4	E: 12.3 KH: 40.3
	Veggie			
	Vital	Gebratener Seelachs (1,2,9) auf einer Kräutersauce (1,2,12,21) mit frischen Möhren (Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Möhren) mit Petersilie und Schnittlauch dazu Vollkornreis	kcal: 490 F: 19.0	E: 20.9 KH: 66.5
	Frische-Bar	Obst und Gemüse, Frischkäse-Tomatendip (12)		

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E-Eiweiß  
F-Fett  
KH-Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.