

## Speiseplan vom 01.07.-05.07.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		<b>Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch</b>	<b>KE/ 100g</b>
Montag	Stampfkartoffeln mit Spinat und Fischstäbchen	M, Me, La	1,4
		M, Me, La	0,6
		G, G1, Fi; msc	1,5
Dienstag 	Vollkorn-Nudeln mit Bolognese oder Käsesoße	G, G1	2,8
		G, G1, G3, S; vegetarisch	1,0
		G, G1, M, Me, La, S; Bio	0,6
	Salat mit Joghurtsoße	M, Me, La; Bio	k.A. 0,4
Mittwoch	Lasagne oder Lasagne vegetarisch	G, G1, Ei, M, Me, La, S; Geflügel	1,1
		G, G1, Ei, M, Me, La; vegetarisch	1,3
Donnerstag	Kartoffeln mit Brauner Raumsoße und Frikadelle mit Bohnen	-	1,7
		M, Me, La, S	0,4
		G, G1, Ei; Rind	0,8
		-	0,5
		<u>Nachtisch:</u> Pfirsich-Maracuja-Joghurt	M, Me, La; Bio
Freitag 	Kroketten mit Hollandaise und Möhren mit Süßkartoffel-Herzchen	(G), Ei, (Sb), M, Me, La, (S), (Se)	2,9
		G, G1, M, Me, La, S	0,7
		-	0,5
		-	2,5

 = vegetarischer Tag