

Speiseplan vom 15.07.-19.07.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch	KE/ 100g
Montag 	Spaghetti mit	G, G1	2,2
	Tomaten-Mozzarella-Soße oder	M, Me, La	0,7
	Käsesoße	G, G1, M, Me, S	0,5
Dienstag 	Kartoffelspalten mit	-	1,6
	Kräuterquark	M, Me, La; Bio	0,4
	Salat mit	-	k.A.
	Joghurtsoße	M, Me, La; Bio	0,4
Mittwoch	Reis-Eintopf mit Huhn oder	-; Geflügel	0,6
	Bunter Gemüse-Eintopf	S; vegetarisch	0,7
Donnerstag	Stampfkartoffeln mit	M, Me, La	1,4
	Spinat und	M, Me, La	0,6
	Seelachs in Backteig	G, G1, Fi; msc	2,1
	<u>Nachtisch:</u>		
	Erdbeerjoghurt	M, Me, La; Bio	1,1
Freitag	Vollkornbrötchen mit	G, G1, G3, G4, (E), (Sf)	4,3
	Brühwürstchen und	-; [A], [N]; Geflügel	0,1
	Ketchup oder Senf		k.A.

 = vegetarischer Tag