Speiseplan vom 09.09.-13.09.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch	KE/ 100g
Montag	Spiralnudeln mit	G, G1	3,2
	Tomaten-Mozzarella-Soße oder	M, M, La	0,7
	Käsesoße Carbonara	G, G1, M, Me, La, S; Gefügel	0,6
Dienstag	Stampfkartoffeln mit	M, Me, La	1,4
	Sauerkraut oder	-; vegetarisch	0,5
	Bohnen und	-	0,5
	Bratwürstchen	-; Rind	0,1
Mittwoch	Erbsensuppe oder	S; vegetarisch	1,1
	Kartoffel-Möhren-Eintopf oder	S; vegetarisch; Bio	0,7
	Kartoffeln	-	1,7
Donnerstag	Kroketten mit	(G), Ei, (Sb), M, Me, La, (S), (Se)	2,9
	Brauner Rahmsoße und	M, Me, La, S	0,4
	Brokkoli mit	-; Bio	0,2
	Gemüse-Frikadelle	G, G1, Ei	1,6
Freitag	Vollkornbrötchen	G, G1, G3, G4, (E), (Sf)	4,3
	Fischfrikadelle	G, G1, Fi	1,8
	Salat		
	Mayonnaise & Ketchup	bitte erfragen!	

= vegetarischer Tag