

Speiseplan vom 25.11.-29.11.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch	KE/ 100g
Montag	Spiralnudeln mit Käsesoße Carbonara oder Tomatensoße	G, G1	3,2
		G, G1, M, Me, La, S; Geflügel	0,6
		G, G1, M, Me, La, S; Bio	0,8
Dienstag 	Kartoffeln und Veggie-Gulasch mit Rotkohl oder Bohnen	-	1,7
		G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La	0,7
		-	1,0
		-	0,5
	<u>Nachtisch:</u> Mini-Magnum-Eis	M, Me, La, Sb, (Sf)	2,5
Mittwoch	Kartoffel-Auflauf mit Hackbällchen oder Kartoffel-Gemüse-Auflauf	G, G1, M, Me, La, S; Geflügel	0,8
		G, G1, M, Me, La, S; vegetarisch	1,3
Donnerstag	Reis und Fisch in Kräutersoße mit Heller Cremesoße und Brokkoli	-	2,6
		Fi; msc	0,2
		M, Me, S	0,4
		-; Bio	0,2
Freitag	Kroketten und Chicken Nuggets mit Hollandaise und Möhren	Ei, M, Me, La	2,9
		G, G1; Geflügel	1,2
		G, G1, M, Me, La, S	0,7
		-	0,5

 = vegetarischer Tag