




## Speiseplan vom 06.01.-10.01.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		<b>Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch</b>	<b>KE/ 100g</b>
Montag 	(Ferientag)		
	Spaghetti mit Käsesoße oder	G, G1	2,2
	Tomaten-Mozzarella-Soße	G, G1, M, Me, S M, Me, La	0,5 0,7
Dienstag 	(Ferientag)		
	Pancakes mit Apfelmus	G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, (Sf) -	4,0 1,1
Mittwoch	Tortelloni-Auflauf Tomate oder	G, G1, Ei, M, Me, La; vegetarisch	1,4
	Nudelauf mit Schinken	G, G1, M, Me, La, S; Geflügel	1,3
Donnerstag 	Kartoffelklöße mit	Ei, M, Me, La	2,5
	Veggie-Gulasch und	G, G1, Ei, (E), Sb, M, Me, La	0,7
	Rotkohl oder	-	1,0
	Bohnen	-	0,5
Freitag	Reis und	-	2,6
	Mais mit	-	1,5
	Tomatensoße Italia oder	S	0,8
	Fisch in Tomatenmarinade	Fi, Sb	0,1
	<u>Nachtisch:</u> Mini-Berliner	G, G1, Ei, (M), (Me), (La), (Sf)	4,7

 = vegetarischer Tag