

## Speiseplan vom 10.03.-14.03.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Hofeladen Wittschap

		<b>Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch</b>	<b>KE/ 100g</b>
Montag	Kartoffeln mit	-	1,7
	Lachs in Dillsoe oder	Fi, M, Me, La, S	0,5
	Dillsoe mit	G, G1, M, Me, La, S; vegetarisch	0,6
	Brokkoli	-; Bio	0,2
Dienstag 	Kartoffelspalten und	-	1,6
	Blumenkohl in Backteig mit	G, G1, Ei	2,9
	Kräuterquark oder	M, Me, La; Bio	0,6
	Dip und Salat	-	0,7
Mittwoch 	Ravioli-Suppe mit	G, G1, Ei, M, Me, La, S; vegetarisch	2,9
	Erbsen oder	-; Bio	1,2
	Mais	-; Bio	1,5
Donnerstag	Kartoffeln mit	-	1,7
	Hahnenrahmgulasch oder	M, Me, La, S, Sn; Geflügel	0,5
	Brauner Rahmsoe mit	M, Me, La, S; vegetarisch	0,4
	Romanesco-Gemüse	-	0,2
Freitag 	Spiralnudeln mit	G, G1	3,3
	Bolognese oder	G, G1, S; vegetarisch	1,0
	Kasesoe	G, G1, M, Me, La, S; Bio	0,6
	<u>Nachtisch:</u> Panna Cotta mit Himbeersoe	G, G1, Sb, M, Me, La, (Sf), Sd	3,1

 = vegetarischer Tag