

## Speiseplan vom 17.03.-21.03.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		<b>Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch</b>	<b>KE/ 100g</b>
Montag 	Röstkartoffeln	-	2,3
	Helle Cremesoße	Sb	0,6
	Kohlrabi-Schnitzel	G, G1, G4, M, Me; vegetarisch	2,1
	Möhren	-	0,5
Dienstag	Lasagne mit Hackfleisch oder	G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, S; Geflügel	1,4
	Lasagne vegetarisch	G, G1, Ei, (Sb), M, Me, La, S; vegetarisch	1,4
Mittwoch	Reis mit	-	2,6
	Seelachs in Tomatenmarinade oder Tomatensoße Italia und	Fi, Sb	0,2
	Brokkoli	S	0,8
		-; Bio	0,2
Donnerstag 	Vollkorn-Nudeln mit	G, G1	2,8
	Käsesoße oder	G, G1, M, Me, S	0,5
	Tomatensoße	G, G1, M, Me, La, S; Bio	0,8
Freitag	Burger	G, G1, (Sb), (M), (Me), (La), Se	5,5
	mit Fleisch-Pattie oder	G, G1, Ei; Rind	0,6
	mit Veggie-Pattie mit	G, G1, G4	2,4
	Salat, Tomaten, Gurken		
	Ketchup, Mayo		
	<u>Nachtisch:</u>		
	Kaktus-Eis	M, Me, La	2,5

 = vegetarischer Tag