

Speiseplan vom 24.03.-28.03.

Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap

		Allergene und Zusatzstoffe; ggf. Fleisch	KE/ 100g
Montag 	Kartoffeln mit	-	1,7
	Veggie-Gulasch und	G, G1, Ei, Sb	0,8
	Bohnen	-	0,5
Dienstag 	Halbe Backkartoffel und	-	1,8
	Gemüsenuggets dazu	G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se	2,4
	Kräuterquark und Salat (Eisberg, Gurken, Möhren, Paprika, Tomaten)	M, Me, La; Bio	0,5
Mittwoch	Kartoffelsuppe mit Wurst	M, Me, La, S, Sn, Schwein	0,6
	oder Steckrübeneintopf vegetarisch	M, Me, La, S; vegetarisch	0,6
	dazu extra Geflügelwürstchen	-; A, N; Geflügel	0,1
Donnerstag 	Tortelloni mit Käsefüllung mit	G, G1, Ei, M, Me, La; vegetarisch	3,1
	Käsesoße oder	G, G1, M, Me, S	0,5
	Tomaten-Mozzarella-Soße	M, Me, La	0,7
	dazu Gurkensalat	A	0,8
Freitag	Stampfkartoffeln mit	M, Me, La	1,4
	Spinat und	M, Me, La	0,6
	Fischfrikadelle	G, G1, Fi; msc	1,8
	<u>Nachtisch:</u>		
	Obstsalat mit	A	1,1
	Vanillejoghurt	M, Me, La; Bio	1,2

 = vegetarischer Tag