

## Speiseplan vom 14.07.-18.07.

*Täglich frisches Obst und Rohkost vom Bio Höfeladen Wittschap*

|                                                                                     |                               | <b>Allergene und<br/>Zusatzstoffe; ggf.<br/>Fleisch</b> | <b>KE/<br/>100g</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------|
| Montag                                                                              | Grießbrei oder                | G, G1, M, Me, La                                        | 1,5                 |
|    | Milchreis mit                 | M, Me, La                                               | 2,0                 |
|                                                                                     | Roter Grütze und              | -                                                       | 1,5                 |
|                                                                                     | Zimt und Zucker               |                                                         |                     |
| Dienstag                                                                            | Kartoffelgratin               | G, G1, M, Me, La, S;<br>vegetarisch                     | 1,3                 |
|    | <u>Salat:</u>                 |                                                         |                     |
|                                                                                     | Tomate, Mozzarella, Basilikum | -/ M, Me, La/ -                                         |                     |
| Mittwoch                                                                            | Tomatensuppe mit Reis & Rind  | G, G1, Ei; Rind                                         | 0,9                 |
|                                                                                     | oder                          |                                                         |                     |
|                                                                                     | Tomatensuppe vegetarisch      | G, G1; Bio                                              | 0,9                 |
|                                                                                     | dazu extra Reis               | -                                                       | 2,6                 |
| Donnerstag                                                                          | Kartoffeln mit                | -                                                       | 1,7                 |
|                                                                                     | Brauner Rahmsoße und          | M, Me, La, S                                            | 0,4                 |
|                                                                                     | Chicken Nuggets mit           | G, G1; Geflügel                                         | 1,2                 |
|                                                                                     | Brokkoli                      | -; Bio                                                  | 0,2                 |
| Freitag                                                                             | Reis mit                      | -                                                       | 2,6                 |
|  | Heller Cremesoße und          | Sb                                                      | 0,6                 |
|                                                                                     | Nudelblumen mit               | G, G1, G4, M, Me, La                                    | 2,5                 |
|                                                                                     | Mais                          | -; Bio                                                  | 1,5                 |
|                                                                                     | <u>Nachtisch:</u>             |                                                         |                     |
|                                                                                     | Erdbeerjoghurt                | M, Me, La; Bio                                          | 1,2                 |

 = vegetarischer Tag