

Informationen

|                     | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag   |
|---------------------|---|---|---|--|
| <b>Suppe</b>        | Rote Bete Suppe<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>    |   | Gemüsebrühe m Tofu<br><small>vegan, glutenfrei F;</small> | Linsensuppe<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>      |
| <b>Hauptgericht</b> | Kichererbsen Curry<br><small>vegan, glutenfrei K;</small> | Linsen-Gemüse-Eintopf<br>mit Kartoffeln<br><small>vegan, glutenfrei I; J;</small> | Gemüse-Bolognese<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>    | Rübenragout<br><small>vegan, glutenfrei I;</small>     |
| <b>Beilage</b>      | Reis und Quinoa<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>     | Brot<br><small>vegan Ab;</small>  | Penne-Nudeln<br><small>vegan Ae;</small>                  | Schupfnudeln<br><small>vegan Aa;</small>               |
| <b>Gemüse</b>       |   |   |   |  |
| <b>Salat</b>        | Blattsalat<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>          | Apfel-Möhren-Frischkost<br><small>vegan, glutenfrei J;</small>                    | gemischter Salat<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>    | Rohkostsalat<br><small>vegan, glutenfrei J;</small>    |
| <b>Dessert</b>      | Orangen-Creme<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>      | Beeren-Joghurt<br><small>ohne Gluten G;</small>                                   | Mango-Quarkspeise<br><small>ohne Gluten G;</small>        | Karamel-Sahne-Pudding<br><small>ohne Gluten G;</small> |

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere

**Informationen**

|                     | Montag  | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag  |
|---------------------|---|--|---|---|
| <b>Suppe</b>        | Tomatensuppe<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>   | Kartoffelsuppe<br><small>vegan, glutenfrei K;</small>  | Maisgrießsuppe<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>                      | 0<br><small>0 0</small>   |
| <b>Hauptgericht</b> | Kürbis-Risotto<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>  | Gemüse-Pizza<br><small>0 Ae; G; I;</small>             | Ofen-Rotkraut m.<br>Kartoffelkruste<br><small>vegan, glutenfrei 0</small> | Bunter Winter-Eintopf<br><small>vegan, glutenfrei F; J;</small> |
| <b>Beilage</b>      |   |  |   | Roggenbrot<br><small>vegan, Ab;</small>                         |
| <b>Gemüse</b>       |   |  |   |   |
| <b>Salat</b>        | Blattsalat<br><small>vegan, glutenfrei 0</small>      | Rote Bete-Salat<br><small>vegan, glutenfrei K;</small> | gemischter Salat<br><small>vegan, glutenfrei J;</small>                   | Chinakohl-Karotten-Salat<br><small>vegan, glutenfrei J;</small> |
| <b>Dessert</b>      | Schoko-Orangen-Muffins<br><small>vegan Ae; F;</small> | Apfelkompott<br><small>ohne Gluten G;</small>          | Vanillepudding<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>                     | Heidelbeer-Joghurt<br><small>ohne Gluten G;</small>             |

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** **A:** Gluten **Aa:** Weizen **Ab:** Roggen **Ac:** Gerste **Ad:** Hafer **Ae:** Dinkel **B:** Krebstiere **C:** Ei **D:** Fisch **E:** Erdnuss **F:** Soja **G:** Milch

**H:** Schalenfrüchte **Ha:** Mandel **Hb:** Haselnuss **Hc:** Walnuss **Hd:** Pistazie **I:** Sellerie **J:** Senf **K:** Sesam **L:** Schwefel **M:** Lupine **N:** Weichtiere

# SPEISENPLAN

13.03.23 bis 16.03.23

KW 11  
Winter 2. 3

|                     | Montag                                  | Dienstag                                 | Mittwoch                                    | Donnerstag                                     |
|---------------------|---|--|---|--|
| <b>Suppe</b>        | Kichererbsen-Suppe<br>vegan, glutenfrei | Lauch-Creme-Suppe<br>vegan, glutenfrei   | Brühe mit Gem.-Einlage<br>vegan, glutenfrei | Gemüse-Creme-Suppe<br>vegan, glutenfrei        |
| <b>Hauptgericht</b> | Gemüselasagne<br>0 Aa; G;               | Grünkohlgemüse<br>vegan, glutenfrei      | Hirsebratlinge<br>vegan, glutenfrei F;      | Sauerkraut-Strudel<br>vegan Ae; Ha;            |
| <b>Beilage</b>      | 0                                       | Kartoffelstampf<br>vegan, glutenfrei     | Pastinaken-Lauch-Soße<br>vegan, glutenfrei  | Meerrettich-Soße<br>vegan, glutenfrei          |
| <b>Gemüse</b>       |   |  |   |  |
| <b>Salat</b>        | Blattsalat<br>vegan, glutenfrei J;      | Frischkost-Salat<br>vegan, glutenfrei    | Spitzkohlsalat<br>vegan, glutenfrei K;      | gemischter Salat<br>vegan, glutenfrei          |
| <b>Dessert</b>      | Schokopudding<br>ohne Gluten G;         | Kokos-Mango-Flan<br>vegan, glutenfrei F; | Bananen-Quark<br>ohne Gluten G;             | Pfirsich-Creme-Dessert<br>vegan, glutenfrei F; |

Informationen

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere

Informationen

|                     | Montag   | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag  |
|---------------------|--|--|---|---|
| <b>Suppe</b>        | Karottensuppe<br><small>vegan, glutenfrei</small>            |  | Hirsesuppe<br><small>vegan, glutenfrei</small>                    | Selleriesuppe<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>    |
| <b>Hauptgericht</b> | Grünes Thai-Curry<br><small>vegan, glutenfrei F; Ha;</small> | Erbse Eintopf mit veg. Würstchen<br><small>vegan, glutenfrei F; I;</small> | Kürbis-Kartoffel-Gratin<br><small>0 Ae; G;</small>                | Crème-Gemüse<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>     |
| <b>Beilage</b>      | Basmatireis<br><small>vegan, glutenfrei</small>              | Saatenbrot<br><small>vegan Aa;</small>                                     | 0<br><small>0</small>   | Spirelli-Nudeln<br><small>vegan Ae;</small>             |
| <b>Gemüse</b>       |  |  |   |   |
| <b>Salat</b>        | Frischkost-Salat<br><small>vegan, glutenfrei J;</small>      | gemischter Salat<br><small>vegan, glutenfrei</small>                       | Blattsalat<br><small>vegan, glutenfrei</small>                    | gemischter Salat<br><small>vegan, glutenfrei J;</small> |
| <b>Dessert</b>      | Dinkelgrießcreme<br><small>0 Ae; G;</small>                  | Joghurt-Creme<br><small>vegan, glutenfrei F;</small>                       | Rote Grütze m. Vanillesoße<br><small>vegan, glutenfrei F;</small> | Ananas-Quarkspeise<br><small>ohne Gluten G;</small>     |

Speisenplanänderungen sind vorbehalten

**Zusatzstoffe:** 1: mit Farbstoff 2: mit Konservierungsstoff 3: mit Antioxidationsmittel 4: mit Geschmacksverstärker 5: geschwefelt 6: geschwärzt 7: gewachst 8: mit Süßungsmittel 9: mit Phosphat

**Allergene:** A: Gluten Aa: Weizen Ab: Roggen Ac: Gerste Ad: Hafer Ae: Dinkel B: Krebstiere C: Ei D: Fisch E: Erdnuss F: Soja G: Milch

H: Schalenfrüchte Ha: Mandel Hb: Haselnuss Hc: Walnuss Hd: Pistazie I: Sellerie J: Senf K: Sesam L: Schwefel M: Lupine N: Weichtiere