

# 1. Speiseplan vom 21.-25.01.2019



Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar umgehend dem Fahrer wieder mit, vielen Dank!

Für Änderungen bei der Bestellung benutzen Sie bitte **Tel.: 030 47376194 (AB)** oder **Fax: 030 47376308!**

**Bestellung für:** .

**Portionsanzahl:** \_\_\_\_\_ **davon Allergie:** \_\_\_\_\_ **Vegetarisch:** \_\_\_\_\_ **Vollkorn:** \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b>	Grüner Bohneneintopf VG SEL	Milchnudeln VT L, GW	Omas Kartoffelcremesuppe VT L, SEL	Möhren-Zucchini- Eintopf VT L	Pürierter Erbseneintopf VG
<b>Einlage 1</b>	Kasslerwürfel	Kirschsoße warm	1/2 Wiener Würstchen	Quarkbrötchen L, E, GD	Räuchertofuwürfel S
<b>Essen 2</b>	Schleifchennudeln mit Champingnonsahnesoße VT L, GW	Kasslerbraten mit Apfelsauerkraut u. Kartoffeln SEL	Türkischer Bulgursalat mit Paprika Zucchini Gemüse VG GW	Eierragout und Kartoffelbrei VT L, E, MU	Fischstäbchen mit Tomatensoße & Reis OS F, GW
<b>Essen 2 vegan</b>	Nudeln mit Spinat- Maissoße VG S, GW	Gebratene Tofuscheiben mit Apfelsauerkraut & Kartoffeln VG S, SEL	Blumenkohl mit Kokosisotto VG	Gebratenes Gemüse à la Buddha VG S, SEL	gegrilltes Gemüse mit Kartoffeln VG
<b>Dessert 1</b>	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
<b>Dessert 2</b>	Knabberrohkost mit Dip L	Kokos-Makronen L, E	Vanillepudding mit Schokosoße L	Himbeerjoghurt L	Frischer Salat mit Honig-Senf Dressing MU
<b>Brot</b>	Kartoffelbrot GR, GW	Omega-3-Brot L, GD, GW	Kürbis-Ingwer Brot GD, GR	Mediterranes Brot GR, GW	Vollkornmischbrot GD, GR, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltig Zucht. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

Allergenkennzeichnung lt. EU Verordnung Nr. 1169/2011: Gluten namentlich GW=Weizen, GR=Roggen, GG=Gerste, GH=Hafer, GD=Dinkel; K=Krebstiere; E=Ei; F=Fisch; N=Erdnüsse; S=Soja; L=Milch/Laktose; Schalenfrüchte namentlich SM=Mandel, SH=Haselnüsse, SW=Walnüsse; SEL=Sellerie; MU=Senf; SE=Sesam; SO=Schwefeldioxid und Sulphite; LU=Lupinen; W=Weichtiere.

**Kennzeichnung Eignung für Ernährungsform** VG=vegan/vegetarisch/o. Schwein; VT=vegetarisch/o. Schwein; OS=ohne Schwein.

Alle Essen für Allergiker werden speziell zubereitet und mit Aufklebern versehen.



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

## 2. Speiseplan vom 28.01.-01.02.2019



Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar umgehend dem Fahrer wieder mit, vielen Dank!

Für Änderungen bei der Bestellung benutzen Sie bitte **Tel.: 030 47376194 (AB)** oder **Fax: 030 47376308!**

**Bestellung für: .**

**Portionsanzahl:** \_\_\_\_\_ **davon Allergie:** \_\_\_\_\_ **Vegetarisch:** \_\_\_\_\_ **Vollkorn:** \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b>	Bunter Quinoa Eintopf VG SEL	Eierkuchen mit Zucker & Zimt VT L, E, GW	Möhren-Orangencreme-Suppe VT L	Putencurry mit Süßkartoffeln & Reiseinlage OS	Roter-Linsen-Eintopf VG SEL
<b>Einlage 1</b>	Minibouletten E, GW	Apfelmus	Quarkbrötchen L, E, GD	Schmanddip L	1/2 Wiener Würstchen
<b>Essen 2</b>	Kräutersahnequark und Kartoffeln VT L	Hackfleischbolognese mit Makkaroni und Reibekäse L, GW	Tunesisches Linsengemüse & Couscous VT L, SEL, GW	Rührei mit Stampfkartoffeln & Krautsalat VT L, E	Pangasiusfilet mit Dillsoße & Kartoffeln OS L, SEL, F, GW
<b>Essen 2 vegan</b>	Tomaten-Kichererbsengemüse und Couscous VG GW	Vegane Bolognese mit Nudeln VG S, GW	Peruanisches Kartoffelragout VG	Gemüesoße mit herzhafter Polenta VG	Veganer Milchreis mit Apfelstückchen VG
<b>Dessert 1</b>	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
<b>Dessert 2</b>	Knabberrohkost mit Dip L	Johannisbeeren-Quark L	Apfel-Möhrensalat	Schokocreme L	Marinierter Salat
<b>Brot</b>	Kartoffelbrot GR, GW	Landbrot GR, GW	Chiabrot GD, GR, GW	Muffinkuchen L, E, GW	Vollkornmischbrot mit Sesam SE, GD, GR, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger Zucht. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

Allergenkennzeichnung lt. EU Verordnung Nr. 1169/2011: Gluten namentlich GW=Weizen, GR=Roggen, GG=Gerste, GH=Hafer, GD=Dinkel; K=Krebstiere; E=Ei; F=Fisch; N=Erdnüsse; S=Soja; L=Milch/Laktose; Schalenfrüchte namentlich SM=Mandel, SH=Haselnüsse, SW=Walnüsse; SEL=Sellerie; MU=Senf; SE=Sesam; SO=Schwefeldioxid und Sulphite; LU=Lupinen; W=Weichtiere.

**Kennzeichnung Eignung für Ernährungsform VG=vegan/vegetarisch/o. Schwein; VT=vegetarisch/o. Schwein; OS=ohne Schwein.**

Alle Essen für Allergiker werden speziell zubereitet und mit Aufklebern versehen.



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

# 3. Speiseplan vom 04.-08.02.2019



Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar umgehend dem Fahrer wieder mit, vielen Dank!

Für Änderungen bei der Bestellung benutzen Sie bitte **Tel.: 030 47376194 (AB)** oder **Fax: 030 47376308!**

**Bestellung für: .**

**Portionsanzahl: \_\_\_\_\_ davon Allergie: \_\_\_\_\_ Vegetarisch: \_\_\_\_\_ Vollkorn: \_\_\_\_\_**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b>	Gemüsereiseintopf VG SEL	Arabischer Milchreis mit Zimt-Kokosraspeln und Nüssen VT L, SH, SM	Penne mit Tomaten-Basilikumsoße VG GW	Sahniger Möhren-Sellerie Eintopf VT L, SEL	Cremige Lauchsuppe VT L, SEL
<b>Einlage 1</b>	Fleischbällchen E, GW	Pflaumensoße warm	geriebener Käse L		Gebratenes Hackfleisch
<b>Essen 2</b>	Spirelli mit Brokkoli-Sahnesoße VT L, MU, GW	Putenrollbraten mit Paprika-Tomaten-Risotto OS L, SEL	Bratei mit Rahmspinat und Kartoffelbrei VT L, E	Schinkensahnesoße mit Makkaroni L, GW	Backfisch mit Zitronensoße und Reis OS L, SEL, F, GW
<b>Essen 2 vegan</b>	Süßkartoffelbrei mit Möhren-Zucchini-Gemüse VG	Seitan mit Soße & Paprika-Tomaten Risotto VG GW	Gemüse-Kartoffelgulasch VG	Gebackene Bohnen in Tomatensauce VG SEL	Kichererbsen-Möhren-Curry VG
<b>Dessert 1</b>	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
<b>Dessert 2</b>	Knabberrohkost mit Dip L	Brokkoli-Kartoffelsalat S, MU	Stracciatella Quark L	Hirse-Apfeldessert L	Mandarinen-Eisbergsalat S
<b>Brot</b>	Kartoffelbrot GR, GW	Vollkornbrot GD, GR, GW	Mohnzopf E, GW	Dinkelvollkornbrot GD	Möhrenbrot GD, GR

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltig Zucht. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

Allergenkennzeichnung lt. EU Verordnung Nr. 1169/2011: Gluten namentlich GW=Weizen, GR=Roggen, GG=Gerste, GH=Hafer, GD=Dinkel; K=Krebstiere; E=Ei; F=Fisch; N=Erdnüsse; S=Soja; L=Milch/Laktose; Schalenfrüchte namentlich SM=Mandel, SH=Haselnüsse, SW=Walnüsse; SEL=Sellerie; MU=Senf; SE=Sesam; SO=Schwefeldioxid und Sulphite; LU=Lupinen; W=Weichtiere.

**Kennzeichnung Eignung für Ernährungsform VG=vegan/vegetarisch/o. Schwein; VT=vegetarisch/o. Schwein; OS=ohne Schwein.**

Alle Essen für Allergiker werden speziell zubereitet und mit Aufklebern versehen.



# 4. Speiseplan vom 11.-15.02.2019



Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar umgehend dem Fahrer wieder mit, vielen Dank!

Für Änderungen bei der Bestellung benutzen Sie bitte **Tel.: 030 47376194 (AB)** oder **Fax: 030 47376308!**

**Bestellung für:** .

**Portionsanzahl:** \_\_\_\_\_ **davon Allergie:** \_\_\_\_\_ **Vegetarisch:** \_\_\_\_\_ **Vollkorn:** \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b>	Indische Kartoffelsuppe VG	Polenta VT L	Kidneybohnen-Eintopf VG SEL	Tomatencremesuppe mit Reis VT L	Möhreneintopf VG SEL
<b>Einlage 1</b>	1/2 Wiener Würstchen	Himbeersoße warm	Kasslerwürfel	Croutons GD, GW	Kräuterschmand L
<b>Essen 2</b>	Makkaroni mit Spinat-Fetasoße VT L, GW	Kochklopse in milder Kapernsoße und Kartoffelbrei L, E, MU, GW	Blumenkohl in Rahmsoße & Couscous, Sonnenblumenkernen VT L, GW	Kartoffelauflauf mit Kräuterdip VT L, E	Fischcurry (Seelachs) in Porree-Apfelsoße und Reis OS L, F
<b>Essen 2 vegan</b>	Buchweizenbratlinge mit Mischgemüse & Couscous VG GW	Vegane Kochklopse in heller Soße und Kartoffeln VG S, MU	Kartoffel-Meerrettich-Suppe & Gemüseklößchen VG	Veganes Chili con Carne VG S	Spitzkohlpfanne mit Getreiderisotto VG S, GG, GH
<b>Dessert 1</b>	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
<b>Dessert 2</b>	Knabberrohkost mit Dip L	Omas Krautsalat	Grießpudding mit Himbeersoße L, GW	Apfel-Möhrensalat mit Rosinen	Birnenkompott mit Vanillesoße L
<b>Brot</b>	Kartoffelbrot GR, GW	Nußkuchen L, E, GD, GW, SH, SW	Mediterranes Brot GR, GW	Roggenbrot GD, GR, GW	Feinschmeckerkruste S, GR, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltig Zucht. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

Allergenkennzeichnung lt. EU Verordnung Nr. 1169/2011: Gluten namentlich GW=Weizen, GR=Roggen, GG=Gerste, GH=Hafer, GD=Dinkel; K=Krebstiere; E=Ei; F=Fisch; N=Erdnüsse; S=Soja; L=Milch/Laktose; Schalenfrüchte namentlich SM=Mandel, SH=Haselnüsse, SW=Walnüsse; SEL=Sellerie; MU=Senf; SE=Sesam; SO=Schwefeldioxid und Sulphite; LU=Lupinen; W=Weichtiere.

**Kennzeichnung Eignung für Ernährungsform VG=vegan/vegetarisch/o. Schwein; VT=vegetarisch/o. Schwein; OS=ohne Schwein.**

Alle Essen für Allergiker werden speziell zubereitet und mit Aufklebern versehen.



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

# 5. Speiseplan vom 18.-22.02.2019



Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar umgehend dem Fahrer wieder mit, vielen Dank!

Für Änderungen bei der Bestellung benutzen Sie bitte **Tel.: 030 47376194 (AB)** oder **Fax: 030 47376308!**

**Bestellung für:** .

**Portionsanzahl:** \_\_\_\_\_ **davon Allergie:** \_\_\_\_\_ **Vegetarisch:** \_\_\_\_\_ **Vollkorn:** \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b>	Süßkartoffel-Suppe <span style="float: right;">VT L, SEL</span>	Milchreis mit Zimt und Zucker <span style="float: right;">VT L</span>	Dicker Linseneintopf <span style="float: right;">VG SEL</span>	Rigatone mit Indianersoße <span style="float: right;">VT L, GW</span>	Weißkohleintopf mit gerösteten Sonnenblumenkernen <span style="float: right;">VG SEL</span>
<b>Einlage 1</b>	Vollkornbrötchen <span style="float: right;">GD, GH, GW</span>	Aprikosen-Apfelmus	Gebratene Kasslerwürfel	geriebener Käse <span style="float: right;">L</span>	
<b>Essen 2</b>	Schleifchennudeln mit Käsesahnesoße <span style="float: right;">VT L, GW</span>	Hühnerfrikassee mit Risotto <span style="float: right;">OS L</span>	Bunte Nudelpfanne mit Wiener u. Ketchup <span style="float: right;">G</span>	Kräutersahnequark und Kartoffelecken <span style="float: right;">VT L</span>	Alaskaseelachsfilet mit Currysahnesoße & Kartoffeln <span style="float: right;">OS L, F, GW</span>
<b>Essen 2 vegan</b>	Vollkornnudeln mit Arrabiatasoße <span style="float: right;">VG</span>	veganes Frikassee mit Risotto <span style="float: right;">VG S</span>	Mit Bulgur gefüllte Paprika und Kartoffeln <span style="float: right;">VG S, GD, GW</span>	Bratkartoffeln mit Gurkensalat & Nußtofu <span style="float: right;">VG</span>	Wirsingkohlkartoffel-Auflauf <span style="float: right;">VG S</span>
<b>Dessert 1</b>	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
<b>Dessert 2</b>	Knabberrohkost mit Dip <span style="float: right;">L</span>	Obstsalat	Zitronenquark <span style="float: right;">L</span>	Streuseläpfel <span style="float: right;">GD, GW</span>	Rote Grütze mit Vanillesoße <span style="float: right;">L</span>
<b>Brot</b>	Kartoffelbrot <span style="float: right;">GR, GW</span>	Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen <span style="float: right;">GD, GR, GW</span>	Einkorn-Quinoa-Brot <span style="float: right;">GR, GW</span>	Chiabrot <span style="float: right;">GD, GR, GW</span>	Dinkelvollkornbrot <span style="float: right;">GD</span>

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger Zucht. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

Allergenkennzeichnung lt. EU Verordnung Nr. 1169/2011: Gluten namentlich GW=Weizen, GR=Roggen, GG=Gerste, GH=Hafer, GD=Dinkel; K=Krebstiere; E=Ei; F=Fisch; N=Erdnüsse; S=Soja; L=Milch/Laktose; Schalenfrüchte namentlich SM=Mandel, SH=Haselnüsse, SW=Walnüsse; SEL=Sellerie; MU=Senf; SE=Sesam; SO=Schwefeldioxid und Sulphite; LU=Lupinen; W=Weichtiere.

**Kennzeichnung Eignung für Ernährungsform VG=vegan/vegetarisch/o. Schwein; VT=vegetarisch/o. Schwein; OS=ohne Schwein.**

Alle Essen für Allergiker werden speziell zubereitet und mit Aufklebern versehen.

