

1. Speiseplan vom 24.-28.02.2020



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
Essen 1	Indische Kartoffelsuppe VG	Arabischer Milchreis mit Zimt-Kokosraspeln und Nüssen VT L, SH, SM	Kichererbsen-Eintopf VG	Dicker Linseneintopf VG SEL	Möhren-Sahnesuppe VT L
Einlage 1	Dinkel Backerbsen Curry GD	Aprikosenmus	Räuchertofuwürfel S	1/2 Wiener Würstchen*	Vollkornbrötchen GD, GH, GW
Essen 2	Blumenkohlröschen mit Soße nach Holländischer Art & Couscoursotto VT L, GW	Hausgemachte Bouletten* mit Erbsen & Kartoffeln E, MU, GW	Nudelauflauf mit Kräuterdip VT L, E, GW	Senfeier mit Kartoffelbrei VT L, E, MU	Fischstäbchen* mit Tomatensoße & Reis OS F, GW
Essen 2 vegan	Möhren-Kartoffel-Sesampfanne mit Sojadip VG S, SE	Vegane Bouletten mit Erbsengemüse & Kartoffeln VG S	Vollkornnudeln mit Arrabiatasoße VG	Rotebete cremesuppe mit Tofuwürfel VG S	Bratkartoffeln mit Gurkensalat & Nußtofu VG
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L	Apfel-Möhrensalat	Bunter Winter Salat	Quark mit Apfelmus L	Orangen-Sahne-Creme L
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Weizenvollkornbrot GR, GW	Möhrenbrot GD, GR	Käsekuchen vom Blech L, E, GD, GW	Einkorn-Quinoa-Brot GR, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

*** Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger Zucht.**

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 02.-06.03.2020



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
Essen 1	Kartoffelragout mit buntem Gemüse VT L	Eierkuchen mit Zucker & Zimt VT L, E, GW	Cremige rote Linsensuppe VT L	Leipziger Allerlei mit Kartoffeln VT L	Bunter Bohneneintopf VG SEL
Einlage 1		Apfelmus	Süßkartoffel-Brötchen L, GW	Bratei (Einlage) E	Gebratene Kasslerwürfel* oder S
Essen 2	Schleifchennudeln mit Champignonsahnesoße VT L, GW	Hühnerfrikassee* mit Risotto OS L	Haferkäsebratlinge mit Möhrengemüse & Kartoffelbrei VT L, SEL, GH	Tomatenreis mit Elefantenfüßchen & Krautsalat	Alaskaseelachsfilet* mit Meerrettichsahnesoße & Kartoffeln OS L, SEL, F, GW
Essen 2 vegan	Vegane Bratlinge mit gedünstete Möhren & Kürbiskernen VG	veganes Frikassee mit Risotto VG S	Mildes Currygemüse mit Bulgur VG GD, GW	Veganer Borsch VG	Mit Bulgur gefüllte Paprika und Kartoffeln VG S, GD, GW
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L	Zitronenquark L, S	Möhren-Kohlrabisalat	Grießpudding mit Himbeersoße L, GW	Frischer Salat mit Dressing
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Vollkornmischbrot GD, GR, GW	Pflaumenkuchen vom Blech L, E, GD, GW	Mediterranes Brot GR, GW	Chiabrot GD, GR, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

*** Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger Zucht.**

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 09.–13.03.2020



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
Essen 1	Bunter Quinoa Eintopf VG	Polenta VT L	Möhren-Orangencreme-Suppe VT L	Kartoffeleintopf VG SEL	Erbseintopf mit Sauerkraut VG
Einlage 1	Minibouletten* E, GW	Erdbeersoße warm	Quarkbrötchen L, E, GD	1/2 Wiener Würstchen*	Räuchertofuwürfel S
Essen 2	Bratei mit Rahmspinat und Kartoffeln VT L, E	Hackfleischbolognese* mit Makkaroni und Reibekäse L, GW	Tunesisches Linsengemüse mit Bulgur VT L, SEL, GD, GW	Nudeln mit Käse-Kräutersauce und Gemüsebratling VT L, GW	Backfisch* mit Zitronensoße und Reis OS L, SEL, F, GW
Essen 2 vegan	gegrilltes Gemüse mit Kartoffeln VG	Vegane Bolognese mit Nudeln VG S, GW	Gemüseintopf mit Grünkern VG GD	Spinat -Mais-Lasagne VG S, GW	Veganer Wurstgulasch mit Kartoffeln VG S
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L	Ampelsalat	Kohlrabi-Gurkensalat mit Ei E	Apfelvollkorntaler GW	Erdbeersahnejoghurt L
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Marmorkuchen L, E, GW	Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW	Nusskruste L, GR, GW, SH, SW	Omega-3-Brot L, GD, GW

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

*** Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltig Zucht.**

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

4. Speiseplan vom 16.-20.03.2020



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
Essen 1	Grüner Bohneneintopf VG SEL	Milchreis mit Zimt und Zucker VT L	Penne mit Tomaten-Basilikumsoße VG GW	Käse-Lauch-Suppe VT L, SEL	Mailänder-Minestrone VG SEL, GW
Einlage 1	Fleischwurstwürfel*	Aprikosen-Apfelmus	geriebener Käse L	Gebratenes Hackfleisch*	Schmanddip L
Essen 2	Rigatone mit Brokkolisahnesoße VT L, MU, GW	Schmorbraten* mit Apfelrotkohl und Kartoffeln MU	Grüne Bohnen-Gemüsetopf mit Bulgur VT L, SEL, GW	Selbstgemachter Zaziki mit Ofenkartoffeln VT L	Fischcurry*(Seelachs) in Porree-Apfelsoße und Reis OS L, F
Essen 2 vegan	Tomaten-Kichererbsengemüse und Couscous VG GW	Gebratene Tofuscheiben mit Apfelrotkohl & Kartoffeln VG S	Gebratenes Gemüse à la Buddha VG S, SEL	Kartoffel-Meerrettich-Suppe & Gemüseklößchen VG	Spitzkohlpfanne mit Getreiderisotto VG S, GG, GH
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L	Chinakohl-Apfelsalat mit Joghurtdressing L	Gurkensalat*	Mandelpudding mit Schokosoße L, SM	Orangengrütze
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Chiabrot GD, GR, GW	Himbeertzupfkuchen vom Blech L, E, GD, GW	Weizenvollkornbrot GR, 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. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

*** Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger Zucht.**

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 23.-27.03.2020



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
Essen 1	Gemüsesuppe mit Nudeln & frischen Kräutern VG SEL, GW	Vollkorn Grießbrei VT L, GW	Spinatsuppe VT L, E	Eintopf nach Wikinger Art* VT	Tomatencremesuppe mit Reis VT L
Einlage 1	Fleischbällchen* E, GW	Himbeersoße warm	Schmanddip L	Fladenbrot SE, GD, GW	
Essen 2	Kartoffeltaler mit Apfelmus VG GW	Putenrollbraten* mit Paprika-Tomaten-Risotto OS L, SEL	Polenta Käseschnitte, Erbsenpüree & Kartoffeln VT L	Rührei mit Stampfkartoffeln & Gewürzgurken VT L, E	Fischnuggets*(Kabeljau) mit Currykokossoße & Risotto OS L, F, GD, GW
Essen 2 vegan	Vollkornnudeln mit Arrabiatasoße VG	Seitan mit Soße & Paprika-Tomaten Risotto VG GW	Süßkartoffelbrei mit Möhren-Zucchini-Gemüse VG	Wirsingkohlkartoffel-Auflauf VG S	Veganer Milchreis mit Apfelstückchen VG
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L	Weißkohlsalat mit Gurken & Dressing	Vanillepudding mit Schokosoße L	Obstsalat	Möhrensalat mit Rosinen
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Apfelstreuselkuchen vom Blech L, E, GD, GW	Französisches Zwiebelbrot GR, GW	Vollkornbrot GD, GR, GW	Kürbis-Ingwer Brot GD, GR

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse, Obstsorten oder andere Zutaten im Bio-Handel nicht zu erhalten sind. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an.

*** Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltig Zucht.**

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