**1. Speiseplan vom 14.-18.12.2020**

**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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**Essen 1**

**Einlage 1**

**Essen 2**

**Essen 2**

**vegan**

**Dessert 1**

**Dessert 2**

**Brot**

**Montag**

**Blumenkohleintopf**

**VT**

**OZ**

**L, SEL**

**Baguettbrötchen**

**GD, GW**

**Schleifchennudeln mit Champingnonsahnesoße OZVT**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **L, GW** |  |
| **Buchweizenbratlinge mit** |  |
| **Gemüse und Nudeln** | **VG** |  |
| **OZ** |  |

**S, GW**

**Obst der Saison**

**Knabberrohkost mit Dip**

**VT**

**OZ**

**L**

**Kartoffelbrot**

**GR, GW**

**Dienstag**

**Milchreis mit Zimt und**

**Zucker** **VT**

**L**

**Apfelmus**

**Hähnchenkeulen\* mit**

**OS**

**Mischgemüse & OZ Kartoffeln**

**Gemüseburger mit**

**VG**

**Mischgemüse & OZ Kartoffeln**

**Knabberrohkost**

**Russischer Salat Olivie**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **OZ** |  |
| **Französisches** | **E** |  |
|  |  |
| **Zwiebelbrot** | **GR, GW** |  |

**Mittwoch**

**Kartoffel-Möhreneintopf**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **VG** |  |
|  |  | **OZ** |  |
| **Fleischwurst\*oder** | **SEL** |  |
|  |  |
| **Tofuwürfel** |  | **S** |  |
| **Tunesisches** |  | **VT** |  |
| **Linsengemüse mit** |  |
| **OZ** |  |
| **Bulgur** | **L, SEL, GD, GW** |  |
| **Italienische Minestrone** | **VG** |  |
| **mit Maisnudeln** |  |
| **OZ** |  |

**SEL**

**Obst der Saison**

**Zimtschnecke**

**VT**

**L, E, GD, GW**

**Dinkelvollkornbrot**

**GD**

**Donnerstag**

**Soljanka\***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **OZ** |  |
| **Schmanddip** | **L** |  |
| **Rigatone mit** |  |
| **VT** |  |
| **mexikanischer Soße &** |  |
| **OZ** |  |
| **Reibekäse** | **L, GW** |  |
| **Brokkoli-Mandel-** | **VG** |  |
| **Sesamtofu mit Bulgur** |  |
| **OZ** |  |

**S, SEL, SE, GD, GW, SM**

**Knabberrohkost**

**Schokocreme**

**VT**

**L**

**Landbrot**

**GR, GW**

**Freitag**

**Sauerkraut-**

**VG**

**Erbseneintopf** **OZ**

**Alaskaseelachsfilet\*mit**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dillsahnesoße und** | **OS** |  |
| **OZ** |  |

**Kartoffelbrei G, L, SEL, F, GW Wirsingkohlkartoffel-**

**VG**

**Auflauf** **OZ**

**S**

**Obst der Saison**

**Möhrensalat mit**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Rosinen** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **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 nachhaltig Zucht.**

**Allergenkennzeichnung It. EU Verordnung Nr. 1169/20011: 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.**

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

**DE-ÖKO-070 Kontollstelle**



**2. Speiseplan vom 21.-25.12.2020**

**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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**Essen 1**

**Einlage 1**

**Essen 2**

**Essen 2**

**vegan**

**Dessert 1**

**Dessert 2**

**Brot**

**Montag**

**Weihnachten**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Roter-Linsen-** |  |  |
| **Orangeneintopf** | **VT** |  |
| **Gebr. Kasslerwürfel\*** | **L** |  |
|  |  |
| **oder Räuchertofu** | **S** |  |

**Obst der Saison**

**Kartoffelbrot**

**GR, GW**

**Dienstag**

**Weihnachten**

**Mildes Chili con Carne\***

**OZ**

**Knabberrohkost mit Dip**

**VT**

**OZ**

**L**

**Landbrot**

**GR, GW**

**Mittwoch Weihnachten**

**Penne mit Tomaten-Basilikumsoße**

**geriebener Käse**

**Muffins**

**VG**

**GW**

**L**

**VG**

**OZ**

**Donnerstag**

**Weihnachten**

**kein Essen**

**Freitag**

**Weihnachten**

**kein Essen**

**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 It. EU Verordnung Nr. 1169/20011: 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.**

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

**DE-ÖKO-070 Kontollstelle**



**4. Speiseplan vom 04.-08.01.2021**

**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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**Essen 1**

**Einlage 1**

**Essen 2**

**Essen 2**

**vegan**

**Dessert 1**

**Dessert 2**

**Brot**

**Montag**

**Bunter Quinoa Eintopf**

**VG**

**OZ**

**Spirelli mit Brokkoli-**

**VT**

**Sahnesoße** **OZ**

**L, MU, GW**

**Veganer Milchreis mit**

**Apfelstückchen** **VG**

**Obst der Saison**

**Knabberrohkost mit Dip**

**VT**

**OZ**

**L**

**Zauberbrot**

**L, E, GH, SW**

**Dienstag**

**Süßer Hirsebrei**

**VT**

**L**

**Kirschsoße warm**

**Gulasch\* mit Apfelrotkohl und Kartoffeln**

**Veganer Gulasch mit**

**VG**

**Apfelrotkohl und** **OZ**

**Kartoffeln** **S**

**Knabberrohkost**

**Schokocookies**

**VT**

**OZ**

**L, E, GW, SH**

**Weizenvollkornbrot**

**GR, GW**

**Mittwoch**

**Selleriecremesuppe**

**VT**

**OZ**

**L, SEL**

**Vollkornbrötchen**

|  |  |
| --- | --- |
| **GD, GH, GW** |  |
| **Linsen in Sahnesoße mit** | **VT** |  |
| **Bulgur** |  |
| **OZ** |  |
| **L, GD, GW** |  |
| **Herzhafte Polenta mit** | **VG** |  |
| **gegrilltem Gemüse** |  |
| **OZ** |  |

**Obst der Saison**

**Ampelsalat**

**VG**

**Dinkelvollkornbrot**

**GD**

**Donnerstag**

**Winter-Eintopf**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **VG** |  |
|  | **OZ** |  |
| **Fleischwurst\*oder** |  |  |
| **Tofuwürfel** | **S** |  |
| **Haferkäsebratlinge mit** |  |
| **Möhrengemüse &** | **VT** |  |
| **OZ** |  |
| **Kattoffelbrei** | **L, SEL, GH** |  |
| **Vollkornnudeln mit** |  |
| **Arrabiatasoße** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **Knabberrohkost** |  |  |
| **Vanillequark** |  |  |
|  | **VT** |  |
| **Französisches** | **L** |  |
|  |  |
| **Zwiebelbrot** | **GR, GW** |  |

**Freitag**

**Tomatencremesuppe**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **mit Reis** | **VT** |  |
| **OZ** |  |
|  | **L** |  |

**Backfisch (Seelachs),**

**OS**

**Meerrettich- OZ Zitronensoße & Reis L, F, GW**

**Gebratenes Gemüse à la**

**VG**

**Buddha** **OZ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **S, SEL** |  |
| **Obst der Saison** |  |
| **Frischer Salat mit** |  |
| **Dressing** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **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 nachhaltig Zucht.**

**Allergenkennzeichnung It. EU Verordnung Nr. 1169/20011: 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.**

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

**DE-ÖKO-070 Kontollstelle**



**5. Speiseplan vom 11.-15.01.2021**

**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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**Essen 1**

**Einlage 1**

**Essen 2**

**Essen 2**

**vegan**

**Dessert 1**

**Dessert 2**

**Brot**

**Montag**

**Gemüsesuppe mit**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nudeln & frischen** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **Kräutern** | **SEL, GW** |  |
| **Türkischer Bulgursalat** |  |
| **mit Paprika Zucchini** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **Gemüse** | **GD, GW** |  |
| **Kartoffel-Meerrettich-** |  |
| **Suppe &** | **VG** |  |
| **OZ** |  |

**Gemüseklößchen**

**Obst der Saison**

**Knabberrohkost mit Dip**

**VT**

**OZ**

**L**

**Kartoffelbrot**

**GR, GW**

**Dienstag**

**Arabischer Milchreis mit Zimt-Kokosraspeln und VT**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nüssen** | **L, SH, SM** |
| **Aprikosen-Apfelmus** |
| **Hackfleischbolognese\*** |
| **mit Makkaroni und** | **OZ** |
| **Reibekäse** | **L, GW** |

**Vegane Bolognese mit**

**VG**

**Nudeln** **OZ**

**S, GW**

**Knabberrohkost**

**Bananen-Apfelmus**

**VG**

**Möhrenbrot**

**GD, GR**

**Mittwoch**

**Grüner Bohneneintopf**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **VG** |  |
|  | **OZ** |  |
| **Gebr. Kasslerwürfel\*** | **SEL** |  |
|  |  |
| **oder Räuchertofu** | **S** |  |
| **Selbstgemachter Zaziki** | **VT** |  |
| **mit Ofenkartoffeln** |  |
| **OZ** |  |
|  | **L** |  |

**Spitzkohlpfanne mit**

**VG**

**Getreiderisotto** **OZ**

**S, GG, GH**

**Obst der Saison**

**Brokkoli-Kartoffelsalat**

**VG**

**OZ**

**S, MU**

**Käsekuchen vom Blech**

**L, E, GD, GW**

**Donnerstag**

**Omas**

**VT**

**Kartoffelcremesuppe** **OZ**

**L, SEL**

**1/2 Wiener\* oder**

**Tofuwiener S Tortellini mit**

**VT**

**Kräutersahnesoße** **OZ**

**L, GW**

**Peruanisches**

**VG**

**Kartoffelragout** **OZ**

**Knabberrohkost**

**Grießpudding mit**

**Himbeersoße** **VT**

**L, GW**

**Mediterranes Brot**

**GR, GW**

**Freitag**

**Bortsch**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **VG** |  |
|  | **OZ** |  |
| **Schmanddip** | **SEL** |  |
| **L** |  |
|  |  |
| **Alaskaseelachsfilet mit** |  |
| **Currysahnesoße &** | **OS** |  |
| **OZ** |  |
| **Risotto** | **L, F, GW** |  |
| **Veganer Wurstgulasch** |  |
| **mit Kartoffeln** | **VG** |  |
| **OZ** |  |

**S**

**Obst der Saison**

**Grüner Bohnensalat**

**VG**

**OZ**

**Roggenbrot**

**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 nachhaltig Zucht.**

**Allergenkennzeichnung It. EU Verordnung Nr. 1169/20011: 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.**

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

**DE-ÖKO-070 Kontollstelle**



**6. Speiseplan vom 18.-22.01.2021**

**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: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**



**Essen 1**

**Einlage 1**

**Essen 2**

**Essen 2**

**vegan**

**Dessert 1**

**Dessert 2**

**Brot**

**Montag**

**Indische Kartoffelsuppe**

**VG**

**OZ**

**Dinkel Backerbsen Curry**

**GD**

**Schleifchennudeln mit**

**VT**

**Käsesahnesoße** **OZ**

**L, GW**

**Buchweizenbratlinge mit**

**VG**

**Mischgemüse & OZ Kartoffeln**

**Obst der Saison**

**Knabberrohkost mit Dip**

**VT**

**OZ**

**L**

**Kartoffelbrot**

**GR, GW**

**Dienstag**

**Polenta**

**VT**

**L**

**Himbeersoße warm**

**Kochklopse\* in Kapernsoße & Kartoffeln OZ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **L, E, MU, GW** |  |
| **Vegane Kochklopse in** |  |
| **heller Soße und** | **VG** |  |
| **OZ** |  |
| **Kartoffeln** | **S, MU** |  |
| **Knabberrohkost** |  |  |
| **Zitronenquark** |  |  |
|  | **VT** |  |
|  | **L, S** |  |
| **Streuselkuchen mit** |  |
| **Konfitüre** | **L, E, GD, GW** |  |

**Mittwoch**

**Rigatone mit Rote**

**VT**

**Maissoße** **OZ**

**L, GW**

**geriebener Käse**

**L**

**Grüne Bohnen-Gemüsetopf mit Bulgur OZVT**

**L, SEL, GW**

**Vegane Lasagne**

**VG**

**OZ**

**S, GW**

**Obst der Saison**

**Schopskasalat**

**VT**

**OZ**

**L**

**Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW**

**Donnerstag**

**Linsen-Eintopf**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **VG** |  |
| **1/2 Wiener\* oder** | **SEL** |  |
|  |  |
| **Tofuwiener** | **S** |  |
| **Bratei mit Rahmspinat** | **VT** |  |
| **und Kartoffelbrei** |  |
| **OZ** |  |
| **Mit Bulgur gefüllte** | **L, E** |  |
| **VG** |  |
| **Paprika und Kartoffeln** |  |
| **OZ** |  |

**S, GD, GW**

**Knabberrohkost**

**Orangen-Sahne-Creme**

**VT**

**L**

**Schwarzbrot**

**GR, GW**

**Freitag**

**Cremige Lauchsuppe**

**VT**

**OZ**

**L, SEL**

**Gebratenes Hackfleisch\***

**Fischstäbchen\* mit**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tomatensoße & Reis** | **OS** |  |
| **OZ** |  |
| **F, GW** |  |
| **Bratkartoffeln mit** | **OZVG** |  |
| **Gurkensalat & Nußtofu** |  |

**Obst der Saison**

**Möhren-Kohlrabisalat**

**VG**

**OZ**

**Feinschmeckerkruste**

**S, 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 nachhaltig Zucht.**

**Allergenkennzeichnung It. EU Verordnung Nr. 1169/20011: 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.**

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

**DE-ÖKO-070 Kontollstelle**

