

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:** _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1	Blumenkohleintopf VT OZ L, SEL	Milchreis mit Zimt und Zucker VT L	Kartoffel-Möhreneintopf VG OZ SEL	Soljanka* OZ	Sauerkraut-Erbseintopf VG OZ
Einlage 1	Baguettbrötchen GD, GW	Apfelmus	Fleischwurst*oder Tofuwürfel S	Schmanddip L	
Essen 2	Schleifchennudeln mit Champignonsahnesoße VT OZ L, GW	Hähnchenkeulen* mit Mischgemüse & Kartoffeln OS OZ	Tunesisches Linsengemüse mit Bulgur L, SEL, GD, GW VT OZ	Rigatone mit mexikanischer Soße & Reibekäse L, GW VT OZ	Alaskaseelachsfilet*mit Dillsahnesoße und Kartoffelbrei G, L, SEL, F, GW OS OZ
Essen 2 vegan	Buchweizenbratlinge mit Gemüse und Nudeln VG OZ S, GW	Gemüseburger mit Mischgemüse & Kartoffeln VG OZ	Italienische Minestrone mit Maisnudeln VG OZ SEL	Brokkoli-Mandel-Sesamtofu mit Bulgur S, SEL, SE, GD, GW, SM VG OZ	Wirsingkohlkartoffel-Auflauf VG OZ S
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip VT OZ L	Russischer Salat Olivie OZ E	Zimtschnecke L, E, GD, GW VT	Schokocreme VT L	Möhrensalat mit Rosinen VG OZ
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Französisches Zwiebelbrot GR, GW	Dinkelvollkornbrot GD	Landbrot 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 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.

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



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

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:** _____

	Montag Weihnachten	Dienstag Weihnachten	Mittwoch Weihnachten	Donnerstag Weihnachten	Freitag Weihnachten
Essen 1	Roter-Linsen- Orangeneintopf VT L		Penne mit Tomaten- Basilikumsoße VG GW	kein Essen	kein Essen
Einlage 1	Gebr. Kasslerwürfel* oder Räuchertofu S		geriebener Käse L		
Essen 2		Mildes Chili con Carne* OZ			
Essen 2 vegan					
Dessert 1	Obst der Saison				
Dessert 2		Knabberrohkost mit Dip VT OZ L	Muffins VG OZ		
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Landbrot 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 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.

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



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

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: _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1	Bunter Quinoa Eintopf VG OZ	Süßer Hirsebrei VT L	Selleriecremesuppe VT OZ L, SEL	Winter-Eintopf VG OZ	Tomatencremesuppe mit Reis VT OZ L
Einlage 1		Kirschsoße warm	Vollkornbrötchen GD, GH, GW	Fleischwurst*oder Tofuwürfel S	
Essen 2	Spirelli mit Brokkoli-Sahnesoße VT OZ L, MU, GW	Gulasch* mit Apfelrotkohl und Kartoffeln	Linsen in Sahnesoße mit Bulgur VT OZ L, GD, GW	Haferkäsebratlinge mit Möhrengemüse & Kattoffelbrei VT OZ L, SEL, GH	Backfisch (Seelachs), Meerrettich-Zitronensoße & Reis OS OZ L, F, GW
Essen 2 vegan	Veganer Milchreis mit Apfelstückchen VG	Veganer Gulasch mit Apfelrotkohl und Kartoffeln VG OZ S	Herzhafte Polenta mit gegrilltem Gemüse VG OZ	Vollkornnudeln mit Arrabiatasoße VG OZ	Gebratenes Gemüse à la Buddha VG OZ S, SEL
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip VT OZ L	Schokocookies VT OZ L, E, GW, SH	Ampelsalat VG	Vanillequark VT L	Frischer Salat mit Dressing VG OZ
Brot	Zauberbrot L, E, GH, SW	Weizenvollkornbrot GR, GW	Dinkelvollkornbrot GD	Französisches Zwiebelbrot 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.

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



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

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:** _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1	Gemüsesuppe mit Nudeln & frischen Kräutern SEL, GW VG OZ	Arabischer Milchreis mit Zimt-Kokosraspeln und Nüssen L, SH, SM VT	Grüner Bohneneintopf SEL VG OZ	Omas Kartoffelcremesuppe L, SEL VT OZ	Bortsch SEL VG OZ
Einlage 1		Aprikosen-Apfelmus	Gebr. Kasslerwürfel* oder Räuchertofu S	1/2 Wiener* oder Tofuwienener S	Schmanddip L
Essen 2	Türkischer Bulgursalat mit Paprika Zucchini Gemüse GD, GW VG OZ	Hackfleischbolognese* mit Makkaroni und Reibekäse L, GW OZ	Selbstgemachter Zaziki mit Ofenkartoffeln L VT OZ	Tortellini mit Kräutersahnesoße L, GW VT OZ	Alaskaseelachsfilet mit Currysahnesoße & Risotto L, F, GW OS OZ
Essen 2 vegan	Kartoffel-Meerrettich-Suppe & Gemüseklößchen VG OZ	Vegane Bolognese mit Nudeln S, GW VG OZ	Spitzkohlpfanne mit Getreiderisotto S, GG, GH VG OZ	Peruanisches Kartoffelragout VG OZ	Veganer Wurstgulasch mit Kartoffeln S VG OZ
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip L VT OZ	Bananen-Apfelmus VG	Brokkoli-Kartoffelsalat S, MU VG OZ	Grießpudding mit Himbeersoße L, GW VT	Grüner Bohnensalat VG OZ
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Möhrenbrot GD, GR	Käsekuchen vom Blech L, E, GD, GW	Mediterranes Brot GR, GW	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 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.

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



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

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:** _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1	Indische Kartoffelsuppe VG OZ	Polenta VT L	Rigatone mit Rote Maissoße VT OZ L, GW	Linsen-Eintopf VG SEL	Cremige Lauchsuppe VT OZ L, SEL
Einlage 1	Dinkel Backerbsen Curry GD	Himbeersoße warm	geriebener Käse L	1/2 Wiener* oder Tofuwienner S	Gebratenes Hackfleisch*
Essen 2	Schleifchennudeln mit Käsesahnesoße VT OZ L, GW	Kochklopse* in Kapernsoße & Kartoffeln OZ L, E, MU, GW	Grüne Bohnen- Gemüsetopf mit Bulgur VT OZ L, SEL, GW	Bratei mit Rahmspinat und Kartoffelbrei VT OZ L, E	Fischstäbchen* mit Tomatensoße & Reis OS OZ F, GW
Essen 2 vegan	Buchweizenbratlinge mit Mischgemüse & Kartoffeln VG OZ	Vegane Kochklopse in heller Soße und Kartoffeln VG OZ S, MU	Vegane Lasagne VG OZ S, GW	Mit Bulgur gefüllte Paprika und Kartoffeln VG OZ S, GD, GW	Bratkartoffeln mit Gurkensalat & Nußtofu VG OZ
Dessert 1	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison	Knabberrohkost	Obst der Saison
Dessert 2	Knabberrohkost mit Dip VT OZ L	Zitronenquark VT L, S	Schopskasalat VT OZ L	Orangen-Sahne-Creme VT L	Möhren-Kohlrabisalat VG OZ
Brot	Kartoffelbrot GR, GW	Streuselkuchen mit Konfitüre L, E, GD, GW	Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW	Schwarzbrot GR, GW	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 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; OZ=ohne Zuckerzusatz.

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



DE-ÖKO-070 Kontrollstelle