**1. Speiseplan vom 01.-05.03.2021**

Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar 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** | Eierkuchen mit Zucker &  Zimt **VT**  L, E, GW | Dicker Linseneintopf  **VG**  **OZ**  SEL | Eintopf nach Wikinger  Art\* **OZ** | Paprikacremesuppe mit  Reis **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** | Dinkel Backerbsen mit  Gewürzmantel GD | Apfelmus | 1/2 Wiener\* oder  Tofuwiener S | Fladenbrot  SE, GD, GW |  |
| **Essen 2** | Bratei mit Rahmspinat  und Kartoffeln **VT**  **OZ**  L, E | Hackfleischbolognese\*  mit Makkaroni und **OZ**  Reibekäse L, GW | Haferkäsebratling mit  Bohnengemüse und **VT**  **OZ**  Kartoffelbrei L, SEL, GH | Getreiderisotto mit  Currygemüse **VT**  **OZ**  L, GG, GH | Fischnuggets\*(Kabeljau)  mit Currykokossoße & **OS**  **OZ**  Reis L, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Tofuscheiben mit  Mischgemüse & **VG**  **OZ**  Couscous S, GW | Vegane Bolognese mit  Nudeln **VG**  **OZ**  S, GW | Möhren-Kartoffel-  Sesampfanne mit **VG**  **OZ**  Sojadip S, SE | Wirsingkohlkartoffel-  Auflauf **VG**  **OZ**  S | 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 | Apfel-Möhrensalat mit  Rosinen **VG**  **OZ** | Gurkensalat  **VG** | Zitronenquark  **VT**  L, S | Orangen-Eisbergsalat  **VT**  **OZ**  L |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Feinschmeckerkruste  S, GR, GW | Möhrenkuchen vom  Blech E, GD, GW, SM | Einkorn-Quinoa-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 nachhaltiger 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 08.-12.03.2021**

Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar 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**  **Frauentag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** |  | Polenta  **VT**  L | Gemüsesuppe mit  Nudeln & frischen **VG**  **OZ**  Kräutern SEL, GW | Grüner Bohneneintopf  **VG**  **OZ**  SEL | Kartoffel-Käse-Suppe  **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** |  | Kirschsoße warm |  | Gebr. Kasslerwürfel\*  oder Räuchertofu S | Gebratenes Hackfleisch\* |
| **Essen 2** |  | Geflüg.Schnitzel mit  Letscho & Kartoffelbrei **OS**  **OZ**  E | Schleifchennudeln mit  Champingnonsahnesoße **VT**  **OZ**  L, GW | Rührei mit  Stampfkartoffeln & **VT**  **OZ**  Gewürzgurken L, E | Fisch in fruchtiger  Apfel-Currysoße & **OS**  **OZ**  Risotto L, F |
| **Essen 2 vegan** |  | Veganes Schnitzel mit  Letscho & Kartoffeln **VG**  **OZ** | Tomaten-  Kichererbsengemüse **VG**  **OZ**  und Couscous GW | Mit Bulgur gefüllte  Paprika und Kartoffeln **VG**  **OZ**  S, GD, GW | Peruanisches  Kartoffelragout **VG**  **OZ** |
| **Dessert 1** |  | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | **VG**  **OZ** | Obstsalat  **VG**  **OZ** | Blumenkohlsalat  **VG**  **OZ** | Rote Grütze mit  Vanillesoße **VT**  L | Farmersalat  **VT**  **OZ**  L |
| **Brot** |  | Landbrot  GR, GW | Dinkelvollkornbrot  GD | Schoko-Nusskuchen  L, E, GD, GW, SH, SW | Schwarzbrot  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 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

**3. Speiseplan vom 15.-19.03.2021**

Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar 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 | Kartoffelpuffer mit Z&Z  **VT**  E, GW | Penne mit Tomaten- Basilikumsoße **VG**  GW | Hausgemachte  Gulaschsuppe\* **OZ** | Kidneybohnen-Eintopf  **VG**  **OZ**  SEL |
| **Einlage 1** | Fleischklößchen\*  E, GW | Apfelmus | geriebener Käse  L | Baguettbrötchen  GD, GW | Gebr. Kasslerwürfel\*  oder Räuchertofu S |
| **Essen 2** | Petersilienkartoffeln mit  Quark **VT**  **OZ**  L | Mildes Chili con Carne\*  **OZ** | Gemüsebratling mit  Paprikagemüse & Reis **VT**  **OZ**  L, GW | Gemüse in Kokos-  Currysoße & Bulgur **VT**  **OZ**  L, GD, GW | Alaskaseelachsfilet\* mit  Meerrettichsahnesoße & **OS**  **OZ**  Kartoffeln L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Vollkornnudeln mit  Arrabiatasoße **VG**  **OZ** | Veganes Chili con Carne  **VG**  **OZ**  S | Veganer Milchreis mit Apfelstückchen **VG** | Bratkartoffeln mit  Gurkensalat & Nußtofu **VG**  **OZ** | Spitzkohlpfanne mit  Getreiderisotto **VG**  **OZ**  S, GG, GH |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Kokos-Makronen  **VT**  L, E | Hirse-Apfeldessert  **VT**  L | Himbeerjoghurt  **VT**  L, S | Frischer Salat mit  Honig-Senf Dressing **VT**  **OZ**  MU |
| **Brot** | 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. Für jedes Fleischgericht bieten wir auch eine vegetarische Variante an. **\* Das Fleisch stammt aus artgerechter Tierhaltung, Fisch aus nachhaltiger 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 22.-26.03.2021**

Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar 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** | Möhren-Zucchini-  Eintopf **VT**  **OZ**  L | Milchreis mit Zimt und Zucker **VT**  L | Spanischer Eintopf  **VG**  **OZ** | Käse-Lauch-Suppe  **VT**  **OZ**  L, SEL | Tomatencremesuppe  mit Reis **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** |  | Aprikosen-Apfelmus |  | Gebratenes Hackfleisch\* |  |
| **Essen 2** | Spirelli mit  Gemüsebolognese und **VT**  **OZ**  Käse L, GW | Hühnerfrikassee\* mit  Risotto **OS**  **OZ**  L | Senfeier mit  Kartoffelbrei **VT**  **OZ**  L, E, MU | Blumenkohlröschen mit  Soße nach Holländischer **VT**  **OZ**  Art & Couscousrisotto L, GW | Backfisch\* mit  Dillsahnesoße und **OS**  **OZ**  kartoffeln L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Gemüseeintopf mit  Polentacroutons **VG**  **OZ**  S | veganes Frikassee mit  Risotto **VG**  **OZ**  S | Veganer Wurstgulasch  mit Kartoffeln **VG**  **OZ**  S | Kartoffel-Meerrettich-  Suppe & **VG**  **OZ**  Gemüseklößchen | Vegane Lasagne  **VG**  **OZ**  S, GW |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Möhren-Kohlrabisalat  **VG**  **OZ** | Apfelvollkorntaler  **VT**  E, GD, GW | Orangen-Sahne-Creme  **VT**  L | Russischer Salat Olivie  **OZ**  E |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Feinschmeckerkruste  S, GR, GW | Landbrot  GR, GW | Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW | Dinkelvollkornbrot  GD |

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 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 29.03.-02.04.2021**

Bitte geben Sie ein von Ihnen ausgefülltes Exemplar 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**  **Ostern** | **Dienstag**  **Ostern** | **Mittwoch**  **Ostern** | **Donnerstag**  **Ostern** | **Freitag Ostern Karfreitag** |
| **Essen 1** | Kartoffelragout  **VT**  **OZ**  L | Vollkorngrießbrei  **VT** | Leipziger Allerlei mit  Kartoffeln **VT**  **OZ**  L | Marrokanischer  Kichererbseneintopf **VG**  **OZ** |  |
| **Einlage 1** |  | Erdbeersoße kalt | Bratei (Einlage)  E | Frittierte Tofu-Würfel  S |  |
| **Essen 2** | Schleifchennudeln mit  Käsesahnesoße **VT**  **OZ**  L, GW | Bratwurst\* mit Soße, Apfelsauerkraut und Kartoffeln SEL | Nudelauflauf mit  Kräuterdip **VT**  **OZ**  L, E, GW | Tunesisches  Linsengemüse mit **VT**  **OZ**  Risotto L, SEL |  |
| **Essen 2 vegan** | Herzhafte Polenta mit  gegrilltem Gemüse **VG**  **OZ** | Vegane Bratwurst mit  Apfelsauerkraut & **VG**  Kartoffeln S | Gemüsepfanne mit Tofu  & Bulgur **VG**  **OZ**  S, GD, GW | Grünkern-  Tomatensauce a la **VG**  **OZ**  Bologna mit Spaghetti |  |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost |  |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Apfel-Möhrensalat  **VG**  **OZ** | Kohlrabi-Gurkensalat  mit Ei **VT**  **OZ**  E | Grießpudding mit  Himbeersoße **VT**  L, GW | **VG**  **OZ** |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Käsekuchen vom Blech  L, E, GD, GW | Roggenbrot  GD, 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 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