**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 WikingerArt\* **OZ** | Paprikacremesuppe mitReis **VT****OZ**L |
| **Einlage 1** | Dinkel Backerbsen mitGewürzmantel GD | Apfelmus | 1/2 Wiener\* oderTofuwiener S | FladenbrotSE, GD, GW |  |
| **Essen 2** | Bratei mit Rahmspinatund Kartoffeln **VT****OZ**L, E | Hackfleischbolognese\*mit Makkaroni und **OZ**Reibekäse L, GW | Haferkäsebratling mitBohnengemüse und **VT****OZ**Kartoffelbrei L, SEL, GH | Getreiderisotto mitCurrygemüse **VT****OZ**L, GG, GH | Fischnuggets\*(Kabeljau)mit Currykokossoße & **OS****OZ**Reis L, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Tofuscheiben mitMischgemüse & **VG****OZ**Couscous S, GW | Vegane Bolognese mitNudeln **VG****OZ**S, GW | Möhren-Kartoffel-Sesampfanne mit **VG****OZ**Sojadip S, SE | Wirsingkohlkartoffel-Auflauf **VG****OZ**S | Gebratenes Gemüse à laBuddha **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 mitRosinen **VG****OZ** | Gurkensalat**VG** | Zitronenquark**VT**L, S | Orangen-Eisbergsalat**VT****OZ**L |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | FeinschmeckerkrusteS, GR, GW | Möhrenkuchen vomBlech E, GD, GW, SM | Einkorn-Quinoa-BrotGR, GW | RoggenbrotGD, 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 mitNudeln & 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 mitLetscho & Kartoffelbrei **OS****OZ**E | Schleifchennudeln mitChampingnonsahnesoße **VT****OZ**L, GW | Rührei mitStampfkartoffeln & **VT****OZ**Gewürzgurken L, E | Fisch in fruchtigerApfel-Currysoße & **OS****OZ**Risotto L, F |
| **Essen 2 vegan** |  | Veganes Schnitzel mitLetscho & Kartoffeln **VG****OZ** | Tomaten-Kichererbsengemüse **VG****OZ**und Couscous GW | Mit Bulgur gefülltePaprika und Kartoffeln **VG****OZ**S, GD, GW | PeruanischesKartoffelragout **VG****OZ** |
| **Dessert 1** |  | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | **VG****OZ** | Obstsalat**VG****OZ** | Blumenkohlsalat**VG****OZ** | Rote Grütze mitVanillesoße **VT**L | Farmersalat**VT****OZ**L |
| **Brot** |  | LandbrotGR, GW | DinkelvollkornbrotGD | Schoko-NusskuchenL, E, GD, GW, SH, SW | SchwarzbrotGR, 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 | HausgemachteGulaschsuppe\* **OZ** | Kidneybohnen-Eintopf**VG****OZ**SEL |
| **Einlage 1** | Fleischklößchen\*E, GW | Apfelmus | geriebener KäseL | BaguettbrötchenGD, GW | Gebr. Kasslerwürfel\*oder Räuchertofu S |
| **Essen 2** | Petersilienkartoffeln mitQuark **VT****OZ**L | Mildes Chili con Carne\***OZ** | Gemüsebratling mitPaprikagemüse & Reis **VT****OZ**L, GW | Gemüse in Kokos-Currysoße & Bulgur **VT****OZ**L, GD, GW | Alaskaseelachsfilet\* mitMeerrettichsahnesoße & **OS****OZ**Kartoffeln L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Vollkornnudeln mitArrabiatasoße **VG****OZ** | Veganes Chili con Carne**VG****OZ**S | Veganer Milchreis mit Apfelstückchen **VG** | Bratkartoffeln mitGurkensalat & Nußtofu **VG****OZ** | Spitzkohlpfanne mitGetreiderisotto **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 mitHonig-Senf Dressing **VT****OZ**MU |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | Omega-3-BrotL, GD, GW | Kürbis-Ingwer BrotGD, GR | Mediterranes BrotGR, GW | VollkornmischbrotGD, 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 | Tomatencremesuppemit Reis **VT****OZ**L |
| **Einlage 1** |  | Aprikosen-Apfelmus |  | Gebratenes Hackfleisch\* |  |
| **Essen 2** | Spirelli mitGemüsebolognese und **VT****OZ**Käse L, GW | Hühnerfrikassee\* mitRisotto **OS****OZ**L | Senfeier mitKartoffelbrei **VT****OZ**L, E, MU | Blumenkohlröschen mitSoße nach Holländischer **VT****OZ**Art & Couscousrisotto L, GW | Backfisch\* mitDillsahnesoße und **OS****OZ**kartoffeln L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Gemüseeintopf mitPolentacroutons **VG****OZ**S | veganes Frikassee mitRisotto **VG****OZ**S | Veganer Wurstgulaschmit 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** | KartoffelbrotGR, GW | FeinschmeckerkrusteS, GR, GW | LandbrotGR, GW | Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW | DinkelvollkornbrotGD |

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 mitKartoffeln **VT****OZ**L | MarrokanischerKichererbseneintopf **VG****OZ** |  |
| **Einlage 1** |  | Erdbeersoße kalt | Bratei (Einlage)E | Frittierte Tofu-WürfelS |  |
| **Essen 2** | Schleifchennudeln mitKäsesahnesoße **VT****OZ**L, GW | Bratwurst\* mit Soße, Apfelsauerkraut und Kartoffeln SEL | Nudelauflauf mitKräuterdip **VT****OZ**L, E, GW | TunesischesLinsengemüse mit **VT****OZ**Risotto L, SEL |  |
| **Essen 2 vegan** | Herzhafte Polenta mitgegrilltem Gemüse **VG****OZ** | Vegane Bratwurst mitApfelsauerkraut & **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-Gurkensalatmit Ei **VT****OZ**E | Grießpudding mitHimbeersoße **VT**L, GW | **VG****OZ** |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | Käsekuchen vom BlechL, E, GD, GW | RoggenbrotGD, 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