

**1. Speiseplan vom 19.-23.09.2022**

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 | Germknödel mit  Vanillesoße **VT**  **OZ**  L, GD, GW | Makkaroni mit  Tomatenbasilikumsoße **VG**  **OZ**  GW | Erbseneintopf  **VG**  **OZ** | Kartoffel-Käse-Suppe  **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** | Brötchen  GD, GW | Himbeersoße kalt | geriebener Käse  L | Räuchertofuwürfel  S | Gebratenes Hackfleisch\* |
| **Essen 2** | Rigatone mit Spinat-  Maissoße **VT**  **OZ**  L, GW | Mildes Chili con Carne\*  **OZ** | Sesam Kartoffel Wedges  mit Quark **VT**  **OZ**  L, SE | Kinder-Paella\* und  Ketchup **OS**  **OZ** | Tomaten-Seelachsfilet\*,  Schnittlauchsoße & **OS**  **OZ**  Gemüserisotto L, F, GD, GW |
| **Essen 2 vegan** | Buchweizenbratlinge mit  Gemüse und Nudeln **VG**  **OZ**  S, GW | Veganes Chili sin Carne  **VG**  **OZ**  S | Nudelsalat California  (kalt) ( Paprika, **VG**  **OZ**  Bohnen,Tomaten, MU, GW | Tofuscheiben mit  Mischgemüse & Reis **VG**  **OZ**  S | Asia-Curry mit  Paprikarisotto **VG**  **OZ** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Orangen-Eisbergsalat  **VT**  **OZ**  L | Waldbeerenquark  **VT**  L | Apfel-Möhrensalat  **VG**  **OZ** | Blumenkohlsalat  **VG**  **OZ** |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Roggenbrot  GD, GR, GW | Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW | Omas Apfelkuchen vom Blech G, E, GW | Weizenvollkornbrot  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. Für unsere Gerichte verwenden wir nur Bio-Produkte außer Fisch und Fleisch. **\* 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 26.-30.09.2022**

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** | Sahniger Möhren-  Sellerie Eintopf **VT**  **OZ**  L, SEL | Vollkorngrießbrei  **VT**  L, GW | Linsen-Eintopf  **VG**  SEL | Hausgemachte  Gulaschsuppe\* **OZ** | Cremige Pilzsuppe  **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** | Gebratene Sojaflocken  S | Erdbeersoße mit frischer Minze | 1/2 Wiener Würstchen\* | Minibrötchen  GD, GW | Käsecroutons  L, GD, GW |
| **Essen 2** | Spirelli mit Rote  Maissoße u. Reibekäse **VT**  L, GW | Geflüg. Schnitzel mit  Mischgemüse und **OS**  **OZ**  Kartoffeln E, GW | Türkischer Bulgursalat  mit Paprika Zucchini **VG**  **OZ**  Gemüse GD, GW | Italienische  Gemüsepfanne mit **OS**  **OZ**  Salamistreifen GW | Alaskaseelachsfilet mit  Dillsoße & Risotto **OS**  **OZ**  L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Gemüsepfanne mit Tofu  & Kartoffeln **VG**  **OZ**  S | Vegane Bratwurst mit  Mischgemüse & **VG**  **OZ**  Kartoffeln S | Italienische Minestrone  mit Maisnudeln **VG**  **OZ**  SEL | Tomatenreis mit Tofu &  Krautsalat **VG**  **OZ**  S | 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 | Orangen-Sahne-Creme  **VT**  L | Möhrensalat mit  Rosinen **VG**  **OZ** | Vanillemousse  **VT**  L | Gurkensalat mit  knusprigem Nußtofu **VG**  S, SH |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Feinschmeckerkruste  S, GR, GW | Käsekuchen vom Blech  L, E, GD, GW | Vollkornbrot  GD, 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. Für unsere Gerichte verwenden wir nur Bio-Produkte außer Fisch und Fleisch. **\* 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 03.-07.10.2022**

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**  **Tag der Deutschen**  **Einheit** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| **Essen 1** | **VG**  **OZ** | Eierkuchen mit Zucker &  Zimt **VT**  L, E, GW | Leipziger Allerlei mit  Kartoffeln **VT**  **OZ**  L | Kürbiscremesuppe  **VT**  **OZ**  L | Möhreneintopf mit  frischen Kräutern **VG**  **OZ**  SEL |
| **Einlage 1** |  | Aprikosen-Apfelmus | Currytofu  S | geröstete Kürbiskerne | Mohnbrötchen  GD, GW |
| **Essen 2** | **VG**  **OZ** | Allerbeste Oma-Nudeln  (T.Soße, Fleischwurst, **OZ**  Sahne) L, S, GW | Grüne Bohnen-  Gemüsetopf mit Bulgur **VT**  **OZ**  L, SEL, GW | Senfeier mit  Kartoffelbrei **VT**  **OZ**  L, E, MU | Fischnuggets\*(Kabeljau)  mit Currykokossoße & **OS**  **OZ**  Risotto L, F, GD, GW |
| **Essen 2 vegan** | **VG**  **OZ** | Nudeln mit  Arrabiatasoße **VG**  **OZ**  GW | Gratiniertes  Ofengemüse **VG**  **OZ**  S, SM | Süß-saueres  Currygemüse mit **VG**  **OZ**  Vollkornnudeln GW | Pastinaken-Kartoffel-  Gulasch **VG**  **OZ** |
| **Dessert 1** |  | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | **VG**  **OZ** | Apfelkompott  **VG** | Brokkolisalat  **VG**  **OZ** | Schokocreme  **VT**  L | Eisbergsalat mit Honig-  Senfdressing **VT**  **OZ**  MU |
| **Brot** |  | Kürbis-Ingwer Brot  GD, GR | Marmorkuchen  L, E, GW | Omega-3-Brot  L, GD, 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. Für unsere Gerichte verwenden wir nur Bio-Produkte außer Fisch und Fleisch. **\* 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 10.-14.10.2022**

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** | Kohlrabi-Eintopf  **VG**  **OZ**  SEL | Süßer Nudelauflauf  **VT**  L, E, GW | Ratatouille mit  Couscous **VT**  **OZ**  L, GW | Omas  Kartoffelcremesuppe **VT**  **OZ**  L, SEL | Pastinakensuppe  **VT**  **OZ**  L |
| **Einlage 1** | Gebratene  Kasslerstreifen | Kirschsoße kalt | Schmanddip  L | 1/2 Geflügel Wiener Würstchen | Minibouletten\*  E, GW |
| **Essen 2** | Kräutersahnequark und  Kartoffeln **VT**  **OZ**  L | Hühnerfrikassee\* mit  Risotto **OS**  **OZ**  L, S | Gabelspaghetti mit  Linsenbolognese **VG**  **OZ**  SEL, GW | Pytt i panna  (Schwedische **OZ**  Kartoffelpfanne) S, E | Backfisch(Lachs) mit  Fenchel-Orangensoße **OS**  **OZ**  und Reis L, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Tomaten-  Kichererbsengemüse **VG**  **OZ**  und Couscous GW | veganes Frikassee mit  Risotto **VG**  **OZ**  S | gegrilltes Gemüse mit  Kartoffeln **VG**  **OZ** | Mildes Currygemüse mit  Bulgur **VG**  **OZ**  GD, GW | Gebackene Bohnen in  Tomatensauce **VG**  **OZ**  SEL |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Vanillequark  **VT**  L | Chinakohl-Apfelsalat  mit Joghurtdressing **VT**  **OZ**  L | Rote Grütze mit  Vanillesoße **VT**  L | Bulgur-Kräuter-Salat  **VG**  **OZ**  GD, GW |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Chiabrot  GD, GR, GW | Himbeerzupfkuchen  vom Blech L, E, GD, GW | Zauberbrot  L, E, GH, SW | Nußbrot  L, GR, GW, SH, SM |

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. Für unsere Gerichte verwenden wir nur Bio-Produkte außer Fisch und Fleisch. **\* 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 17.-21.10.2022**

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** | Süßkartoffel-Suppe  **VT**  **OZ**  L, SEL | Milchnudeln  **VT**  L, GW | Spirelli mit  Tomatenbasilikumsoße **VG**  **OZ**  GW | Marrokanischer  Kichererbseneintopf **VG**  **OZ** | Kürbiseintopf  **VG**  **OZ** |
| **Einlage 1** | Gebratene Sojaflöckchen  S | Pflaumensoße warm | geriebener Käse  L | Räuchertofuwürfel  S | geröstete  Sonnenblumenkerne |
| **Essen 2** | Schleifchennudeln mit  Champingnonsahnesoße **VT**  **OZ**  L, GW | Bouletten ,  Bohnengemüse & **OZ**  Kartoffelbrei L, E, GW | Blumenkohl in  Rahmsoße & Couscous, **VT**  **OZ**  Sonnenblumenkernen L, GW | Rührei Stampfkartoffeln  & Gurkensalat in Joghurt **VT**  **OZ**  L, E | Lachs in fruchtiger  Apfel-Currysoße & **OS**  **OZ**  Kartoffeln L, F |
| **Essen 2 vegan** | Nudeln mit  Arrabiatasoße **VG**  **OZ**  GW | Vegane Bouletten  Bohnengemüse und **VG**  **OZ**  Kartoffelbrei S, MU | Gemüseeintopf mit  Polentacroutons **VG**  **OZ**  S | Mit Bulgur gefüllte  Paprika und Kartoffeln **VG**  **OZ**  S, GD, GW | Blumenkohl mit  Kokosrisotto **VG**  **OZ** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip  **VT**  **OZ**  L | Obstsalat  **VG**  **OZ** | Schopskasalat  **VT**  **OZ**  L | Grießpudding mit  Himbeersoße **VT**  L, GW | Weißkohlsalat mit  Gurken & Dressing **VG**  **OZ** |
| **Brot** | Kartoffelbrot  GR, GW | Nusskruste  L, GR, GW, SH, SW | Streuselkuchen vom  Blech L, E, GD, GW, SH, SM, SW | Möhrenbrot  GD, GR | 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. Für unsere Gerichte verwenden wir nur Bio-Produkte außer Fisch und Fleisch. **\* 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