**1. Speiseplan vom 09.-13.01.2023**

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** | Eintopf Brabant(Kartoffeln,Brechbohnen, **VG****OZ**Tomaten) | Hefeklöße mitVanillesauce **VT**L, E, GW | Weißer-Bohnen-Eintopf**VG****OZ**SEL | OmasKartoffelcremesuppe **VT****OZ**L, SEL | Spanischer Eintopf**VG****OZ** |
| **Einlage 1** | SchmanddipL | Fruchtsoße warm | Gebr. Kasslerwürfel\*oder Räuchertofu S | 1/2 Wiener\* oderTofuwiener S | Haselnuss-Petersilien-Topping SH |
| **Essen 2** | Spirelli mit Brokkoli-Sahnesoße **VT****OZ**L, MU, GW | Gulasch\* mit Apfelrotkohl und Kartoffeln | Gabelspaghetti mitLinsenbolognese **VG****OZ**SEL, GW | Senfeier mitKartoffelbrei **VT****OZ**L, E, MU | Fischnuggets\*(Kabeljau)mit Currykokossoße & **OS****OZ**Risotto L, F, GD, GW |
| **Essen 2 vegan** | Vollkornnudeln mitArrabiatasoße **VG****OZ** | Veganer Gulasch mitApfelrotkohl und **VG****OZ**Kartoffeln S | Spitzkohlpfanne mitGetreiderisotto **VG****OZ**S, GG, GH | Grün-weisserEnergietopf (Risotto) **VG****OZ** | Spinat -Mais-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 | Apfel-Möhrensalat**VG****OZ** | Russischer Salat Olivie**OZ**E | Mandelpudding mitSchokosoße **VT**L, SM | Frischer Salat mitHonig-Senf Dressing **VT****OZ**MU |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | Himbeerzupfkuchenvom Blech L, E, GD, GW | Vollkornmischbrot mit Sesam SE, GD, GR, GW | DinkelvollkornbrotGD | 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. 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 16.-20.01.2023**

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 | Gemüsereiseintopf**VG****OZ**SEL | Ratatouille mitCouscous **VT****OZ**L, GW | Kartoffel-Käse-Suppe**VT****OZ**L |
| **Einlage 1** | BrötchenGD, GW | Apfelmus | Geflügelkräuterbällchen | CurrytofuS | Gebratenes Hackfleisch\* |
| **Essen 2** | Makkaroni mit Spinat-Fetasoße **VT****OZ**L, GW | Geflüg.Schnitzel mitLetscho & Kartoffelbrei **OS****OZ**L, E | TunesischesLinsengemüse mit **VT****OZ**Bulgur L, SEL, GD, GW | Spirelli mitTomatensoße & Käse **VT****OZ**L, GW | Bunter Fischtopf(Seelachs\*) **OS****OZ**Stampfkartoffeln L, F |
| **Essen 2 vegan** | Buchweizenbratlinge mitMischgemüse & **VG****OZ**Couscous GW | Veganes Schnitzel mitLetscho & Kartoffeln **VG****OZ**S, GW | Wirsingkohlkartoffel-Auflauf **VG****OZ**S | Vegane Bratlinge mitgedünstete Möhren & **VG****OZ**Kürbiskernen | Gebackene Bohnen inTomatensauce **VG****OZ**SEL |
| **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 | Bunter Winter Salat**VG****OZ** | Apfeljoghurt mitKnusperflocken **VT**L, GH, SH, SW | Mandarinen-Eisbergsalat **VG****OZ**S |
| **Brot** | ZauberbrotL, E, GH, SW | MöhrenbrotGD, GR | LandbrotGR, GW | Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen GD, GR, GW | Omega-3-BrotL, GD, 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 23.-27.01.2023**

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** | Kartoffelragout**VT****OZ**L | Vollkorngrießbrei**VT**L, GW | Penne mit Tomaten- Basilikumsoße **VG**GW | Grüner Bohneneintopf**VG****OZ**SEL | Winter-Eintopf mitfrischen Kräutern **VG****OZ** |
| **Einlage 1** | gerösteteSonnenblumenkerne | Erdbeersoße warm | geriebener KäseL | Fleischwurst\*oderTofuwürfel S | SchmanddipL |
| **Essen 2** | Schleifchennudeln mitChampingnonsahnesoße **VT****OZ**L, GW | HausgemachteBouletten\* mit Erbsen & **OZ** Kartoffeln E, MU, GW | Blumenkohl inRahmsoße & Couscous, **VT****OZ**Sonnenblumenkernen L, GW | Selbstgemachter Zazikimit Ofenkartoffeln **VT****OZ**L | Fischstäbchen\* mitTomatensoße & Reis **OS****OZ**F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Minestrone mit glutenfreien Nudeln **VG**SEL | Vegane Bouletten mitErbsengemüse & **VG****OZ**Kartoffeln S | Asia-Curry mitPaprikarisotto **VG****OZ** | Tomaten-Kichererbsengemüse **VG****OZ**und Couscous GW | Veganer Milchreis mit Apfelstückchen **VG** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip**VT****OZ**L | Bananen-Apfelmus**VG** | Schopskasalat**VT****OZ**L | Schokocreme**VT**L | Weißkohlsalat mitGurken & Dressing **VG****OZ** |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | FeinschmeckerkrusteS, GR, GW | Schoko-NusskuchenL, E, GD, GW, SH, SW | 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. 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 30.01.-03.02.2023**

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****Winterferien** | **Dienstag****Winterferien** | **Mittwoch****Winterferien** | **Donnerstag****Winterferien** | **Freitag****Winterferien** |
| **Essen 1** | Gemüsesuppe mitNudeln & frischen **VG****OZ**Kräutern SEL, GW | Eierkuchen mit Zucker &Zimt **VT**L, E, GW | Dicker Linseneintopf**VG****OZ**SEL | Putencurry\* mitSüßkartoffeln & **OS****OZ**Reiseinlage | Paprikacremesuppe mitReis **VT****OZ**L |
| **Einlage 1** | Geflügelkräuterbällchen | Apfelmus | 1/2 Wiener\* oderTofuwiener S | SchmanddipL |  |
| **Essen 2** | Polenta Käseschnitte,Erbsenpüree & **VT****OZ**Kartoffeln L | Hackfleischbolognese\*mit Makkaroni und **OZ**Reibekäse L, GW | Kichererbsentopf nachmarokkanischer Art mit **VG****OZ**Couscous GW | Eierragout undKartoffelbrei **VT****OZ**L, E, MU | Alaskaseelachsfilet mitDillsoße & Risotto **OS****OZ**L, SEL, F, GW |
| **Essen 2 vegan** | Möhren-Kartoffel-Sesampfanne mit **VG****OZ**Sojadip S, SE | Vegane Bolognese mitNudeln **VG****OZ**S, GW | PeruanischesKartoffelragout **VG****OZ** | Grünkern-Tomatensauce a la **VG****OZ**Bologna mit Spaghetti | veganes Frikassee mitRisotto **VG****OZ**S |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip**VT****OZ**L | Möhrensalat mitRosinen **VG****OZ** | Blumenkohlsalat**VG****OZ** | Grießpudding mitHimbeersoße **VT**L, GW | Süß-sauerer Wintersalat**VG****OZ**SH, SM, SW |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | Einkorn-Quinoa-BrotGR, GW | Pflaumenkuchen vomBlech L, E, GD, GW | Urkorn-KümmelbrotGD, GR, GW | WeizenvollkornbrotGR, 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

**5. Speiseplan vom 06.-10.02.2023**

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** | Pürierte RoteLinsensuppe **VG****OZ**SEL | Arabischer Milchreis mit Zimt-Kokosraspeln und **VT** Nüssen L, SH, SM | Bunter Bohneneintopf**VG****OZ**SEL | Leipziger Allerlei mitKartoffeln **VT****OZ**L | Bortsch**VG****OZ**SEL |
| **Einlage 1** | Fleischbällchen\*E, GW | Aprikosen-Apfelmus | Gebr. Kasslerwürfel\*oder Räuchertofu S | CurrytofuS | SchmanddipL |
| **Essen 2** | Gabelspahgetti mitFlorentiner Soße **VT****OZ**L, GW | Putengeschnetzeltes\*mit Apfel-Möhrensoße **OS****OZ**& Risotto L | Haferkäsebratling mitBohnengemüse und **VT****OZ**Kartoffelbrei L, SEL, GH | Ravioli mit Tomatensoße**VT****OZ**L, GW | Seelachsfilet\* Honig-Senf mit Apfelsenfsoße **OS****OZ**& VK Reis L, MU, F, GD, GW |
| **Essen 2 vegan** | Blumenkohl mitKokosrisotto **VG****OZ** | Veganes Geschnetzeltesin Apfel-Möhrensoße & **VG****OZ**Risotto S | Veganer Wurstgulaschmit Kartoffeln **VG****OZ**S | Kartoffel-Meerrettich-Suppe & **VG****OZ**Gemüseklößchen | Bratkartoffeln mitGurkensalat & Nußtofu **VG****OZ** |
| **Dessert 1** | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison | Knabberrohkost | Obst der Saison |
| **Dessert 2** | Knabberrohkost mit Dip**VT****OZ**L | Zimtschnecke**VT**L, E, GD, GW | Brokkoli-Kartoffelsalat**VG****OZ**S, MU | Orangen-Sahne-Creme**VT**L | Möhren-Kohlrabisalat**VG****OZ** |
| **Brot** | KartoffelbrotGR, GW | LandbrotGR, GW | DreikornbrotGD, GR, GW | NusskrusteL, GR, GW, SH, SW | Vollkornbrot mit Sonnenb.Kernen 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