

Speiseplan für März 2023

Montag den 27.02.

Menü 1:

*Hähnchenbrustfilet mit Tomatensauce,
dazu Bio-Penne und cremiger Karottensalat*

Menü 2:

*Vier panierte Gemüsesticks (Karotte, Apfel) mit Kräuterdip,
dazu Bio-Dinkelreis*

Dienstag den 28.02.

Menü 1:

*Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch (Rind),
dazu Bio-Weizenbaguette*

Menü 2:

*Linsen-Hirse-Bällchen mit Bio-Basmatireis,
dazu Kräuterquark und Salat mit Honig-Vinaigrette₃*

Mittwoch den 01.03.

Menü 1:

*Lachsburger zum selbst Zusammenbauen mit Salat und Cocktailsauce,
dazu Kartoffelecken und Blattsalat mit Joghurtdressing_{3, 5}*

Menü 2:

*Vegetarisches Gulasch (Soja) mit Bio-Vollkornspirelli,
dazu Cole-Slaw_{1, 3, 5}*

Donnerstag den 02.03.

Menü 1:

*Zwei Kartoffeltaschen mit Leipziger Allerlei (Karotten, Erbsen,
Spargel) in Sahnesauce, dazu Bio-Vollkornreis*

Menü 2:

*Blumenkohlschnitzel mit Schnittlauchsauce,
dazu Kartoffelpüree und Knabbergurken*

Freitag den 03.03.

Menü 1:

*Vier Hackbällchen (Pute) mit Rosenkohlrahmgemüse
dazu Bio-Salzkartoffeln₃*

Menü 2:

*Spätzle Auflauf mit Spinat,
dazu Blattsalat und Joghurtdressing (100% Bio)*

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 06.03.

Menü 1:

Haschee (Rind) mit Bio-Rigatonelli und Reibekäse,
dazu Gurkensalat mit Schmand und Dill ^{1, 2, 3, 5}

Menü 2:

Gnocchi-Zucchini-Auflauf mit Gouda,
dazu Knabbermöhren (100% Bio) ³

Dienstag den 07.03.

Menü 1:

Erbseneintopf (Bio) mit Rindswurstscheiben,
dazu Bio-Vollkornbrot ^{2, 3}

Menü 2:

Kirsch-Crumble
mit Vanillesauce

Mittwoch den 08.03.

Menü 1:

Paniertes Schnitzel (Hähnchen)
mit Rahmsauce und Eierknöpfe, dazu Maissalat ^{1, 3, 5}

Menü 2:

Käse-Makkaroni,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100 % Bio)

Donnerstag den 09.03.

Menü 1:

Vegane Mini-Frikadellen mit Bio-Reis,
dazu Erbsenrahmgemüse

Menü 2:

Gemüsemaultaschen (Kartoffeln, Karotten, Spinat) in Gemüsebrühe,
dazu Kartoffelsalat in Essig-Öl-Dressing ²

Freitag den 10.03.

Menü 1:

Seelachsfilet (natur) auf Tomatensugo,
dazu Bio-Penne und Knabbergurken

Menü 2:

Frankfurter Grüne Soße mit zwei gekochten Eiern,
dazu kleine Bio-Kartoffeln ^{2, 3}

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 13.03.

Menü 1:

Überbackener Nudelaufwurf (Bio-Spirelli)
mit Putenschinken und Brokkoli in Bechamelsauce

Menü 2:

Hausgemachtes Kartoffelpüree
mit Möhrenrahmgemüse (100%Bio)³

Dienstag den 14.03.

Menü 1:

Hühnersuppe mit Gemüse (Karotte, Sellerie, Lauch)
und Nudeln, dazu Weizenbaguette (100% Bio)³

Menü 2:

Kartoffelgratin mit Karotten,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100% Bio)

Mittwoch den 15.03.

Menü 1:

Frikadelle vom Rind mit Rahmsauce,
dazu Erbsengemüse und Bio-Reis^{1,5}

Menü 2:

PASTA -Vollkorn-Spirelli mit Tomatensauce,
dazu geriebener Käse und Knabbermöhren (100% Bio)³

Donnerstag den 16.03.

Menü 1:

Vegetarische Bällchen mit fruchtiger Currysauce und Bio-Farfalle,
dazu Blattsalat mit Honig-Vinaigrette³

Menü 2:

Fünf Falafel mit Bio-Couscous und Gemüse
(Paprika, Karotte, Kichererbse), dazu ein Joghurt-Minz-Dip

Freitag den 17.03.

Menü 1:

Drei Fischnuggets vom Seehecht mit Rahmspinat und Kartoffeln⁸

Menü 2:

Vegetarische Bratwurst mit dunkler Bratensauce,
dazu Bio-Reis und Karotten-Apfel-Salat^{1,3,5}

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 20.03.

Menü 1:

Kalbsrahmragout mit Bio-Reis,
dazu Möhrengemüse

Menü 2:

Semmelknödel mit Pilzrahmsauce,
dazu Chinakohl-Mais-Salat³

Dienstag den 21.03.

Menü 1:

Chili con Carne vom Rind (rote Kidneybohnen, Mais, Paprika)
dazu Bio-Weizenbaguette

Menü 2:

Allgäuer Käsespätzle,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100 % Bio)

Mittwoch den 22.03.

Menü 1:

Hähnchengyros mit Tzaziki und Bio-Bulgur,
dazu Krautsalat in Essig-Öl-Dressing^{2,3}

Menü 2:

Vollkorn-Spaghetti mit vegetarischer Bolonese (Gerste),
dazu Grana Padano und Knabbermöhren (100% Bio)³

Donnerstag den 23.03.

Menü 1:

Vegetarischer Burger mit einem Brötchen,
Gemüsefrikadelle (Karotten, Sellerie, Poree), Tomaten, Salat,
Gewürzgurken und Burgersauce, dazu Kartoffelecken^{1, 2, 3, 5, 8, 9}

Menü 2:

Maultaschen (mit Blumenkohl und Käse gefüllt),
dazu Kräutersauce und Salat mit Honig-Vinaigrette³

Freitag den 24.03.

Menü 1:

Gebackener Lachs mit Cocktailsauce,
dazu Salzkartoffeln und Knabbergurken³

Menü 2:

Milchschnitzel mit Tomatensauce,
dazu Bio-Spirelli und Salat mit Joghurtdressing^{1, 3}

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 27.03.

Menü 1:

Asiatisches Rindergeschnetzeltes
mit Karotten und Bambussprossen, dazu Bio-Basmatireis ^{2, 8}

Menü 2:

Vollkornspaghetti mit Brokkoli-Sahne-Sauce,
dazu Reibekäse und Farmer Salat (Weißkraut, Karotte) (100% Bio) ^{2, 3}

Dienstag den 28.03.

Menü 1:

Hähnchengulasch mit Kartoffelknödel,
dazu Salat mit Joghurtdressing ^{3, 4}

Menü 2:

Eier-Omelette mit Baked-Beans (weiße Bohnen in Tomatensauce),
dazu kleine Bio-Kartoffeln und Knabbergurken ³

Mittwoch den 29.03.

Menü 1:

Drei Hähnchen-Knusper-Nuggets mit Tomaten-Curry-Dip,
dazu Kartoffelecken und Knabbergurken ^{1, 3, 5, 8}

Menü 2:

Vegetarisch gefüllte Cannelloni (Ricotta, Spinat)
mit Möhrenragout und Mozzarella überbacken ³

Donnerstag den 30.03.

Menü 1:

Kartoffelsuppe mit Bauernbrot ³

Menü 2:

Kartäuser Kloß mit Vanillesauce

Freitag den 31.03.

Menü 1:

Hähnchenbrust mit dunkler Bratensauce,
dazu Spätzle und Gurkensalat mit Essig-Öl-Dressing ^{1, 3, 5}

Menü 2:

Gnocchi-Auflauf mit Gemüse-Bolognese (Sellerie, Karotte, Lauch),
dazu Knabbermöhren (100% Bio) ³

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß