

Speiseplan für Oktober 2023

Montag den 02.10.

Menü 1:

Haschee (Rind) mit Bio-Spirelli und Reibekäse,
dazu cremiger Karottensalat ^{1,2,5}

Menü 2:

Sojaschnitzel mit Rahmsauce,
dazu Bio-Dinkelreis und Erbsengemüse ^{1,5}

Dienstag den 03.10.

(Tag der Deutschen Einheit)

Mittwoch den 04.10.

Menü 1:

Rindergeschnetzeltes mit Möhrengemüse,
dazu Bio-Reis ^{1,5,8}

Menü 2:

Kürbiscrèmesuppe
mit einer Scheibe Vollkornbrot (100% Bio) ³

Donnerstag den 05.10.

Menü 1:

Überbackener Lachs-Kartoffelauflauf,
dazu Salat mit Joghurtdressing ³

Menü 2:

Tortelloni gefüllt mit Spinat und Ricotta,
dazu Tomatensauce, Grana Padano und Salat mit Joghurtdressing ^{2,3}

Freitag den 06.10.

Menü 1:

Frikadelle (Geflügel) mit Bratensauce,
dazu Wirsinggemüse und Knöpfe ^{1,4,5}

Menü 2:

Brokkoli-Rahmgemüse
mit kleinen Kartoffeln und 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

Montag den 09.10.

Menü 1:

Rindertopf mit Bio-Penne ^{1, 5, 8}

Menü 2:

Kartoffel-Kürbis-Gratin,
dazu Knabbergurken (100% Bio) ³

Dienstag den 10.10.

Menü 1:

Hähnchenbrustfilet mit Paprikasauce,
dazu Bio-Vollkornreis
und Salat mit Honig-Vinaigrette ^{1, 3, 5}

Menü 2:

Kaiserschmarrn mit Vanillesauce,
dazu Zimt und Zucker

Mittwoch den 11.10.

Menü 1:

Seelachs (natur)
mit Rahmspinat und Bio-Farfalle

Menü 2:

Hausgemachtes Kartoffelpüree
mit Möhrenrahmgemüse

Donnerstag den 12.10.

Menü 1:

Erseneintopf mit Rindswurst
dazu Bio-Weizenbaguette ²

Menü 2:

Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100% Bio)

Freitag den 13.10.

Menü 1:

Bio-Spaghetti mit Carbonarasauce von der Pute,
dazu Grana Padano und Salat mit Joghurtdressing ^{2, 3, 4}

Menü 2:

Gemüseknödel mit Champignonrahm,
dazu Salat mit Joghurtdressing 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 16.10.

Menü 1:

Putengeschnetzeltes mit Bio-Vollkorn-Spirelli,
dazu Blumenkohl-Gemüse ^{1, 4, 5}

Menü 2:

Drei Gemüsereibekuchen (Kartoffeln, Möhren, Sellerie),
dazu Kräuterquark

Dienstag den 17.10.

Menü 1:

Chili con Carne vom Rind (rote Kidneybohnen, Mais, Paprika)
dazu Bio-Weizenbaguette ³

Menü 2:

Vier Veggie-Nuggets (Erbsenprotein)
mit Ketchup und Kartoffelecken ^{3, 5}

Mittwoch den 18.10.

Menü 1:

Geflügelfrikadelle mit Champignonsauce,
dazu kleine Bio-Kartoffeln ³

Menü 2:

Spinat-Käse-Taler mit Kräutersauce und Bio-Farfalle,
dazu Salat mit Joghurtdressing ³

Donnerstag den 19.10.

Menü 1:

Hokifischilet "Müllerin Art" (mit Mehl gebacken)
mit Tomatensauce, dazu Bio-Dinkelreis und Knabbermöhren

Menü 2:

Vegetarische Frühlingsrolle (Mungobohnen, Weißkohl, Lauch)
mit asiatischen Gemüse, dazu Parboiled Basmatireis ²

Freitag den 20.10.

Menü 1:

Hähnchenschnitzel natur
mit Paprikasauce und Spätzle ^{1, 3, 5}

Menü 2:

Cremige Gemüsesuppe mit Pastinaken,
dazu Weizenbaguette (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

Montag den 23.10.

Menü 1:

Würstchenragout (Rind) in Tomatensauce,
dazu Bio-Rigatonelli^{2, 3}

Menü 2:

Vegane Mini-Frikadellen mit Blattspinat und Bio-Reis

Dienstag den 24.10.

Menü 1:

Bio-Linseneintopf mit Puten-Wienerwürstchen
und Bio-Weizenbaguette^{2, 3, 8}

Menü 2:

Überbackene Cannelloni gefüllt
mit vegetarischer Bolognese (Soja) in Kürbis-Bechamelsauce,
dazu Möhren-Apfel-Salat³

Mittwoch den 25.10.

Menü 1:

Hamburger mit Burgerbrötchen, Frikadelle (Geflügel),
Tomaten, Salat, Gurken und Burgersauce, dazu Kartoffelecken^{1, 2, 3, 5, 9}

Menü 2:

Vollkorn-Spaghetti mit Käsesauce,
dazu geriebener Käse und Knabbergurken (100% Bio)

Donnerstag den 26.10.

Menü 1:

Raviolini-Auflauf mit Spinat-Sauce,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100 % Bio)

Menü 2:

Eierpfannkuchen Apfel-Zimt mit Vanillesauce

Freitag den 27.10.

Menü 1:

Gebackener Lachs mit Remouladensauce,
dazu Bio-Salzkartoffeln und Salat mit Honig-Vinaigrette^{3, 9}

Menü 2:

Soja-Geschnetzeltes mit Champignons,
dazu Semmelknödel und Rote-Bete-Salat^{1, 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 30.10.

Menü 1:

Drei Cevapcici (Rind) mit Ajvar, dazu Kritharaki und Gurkensalat mit Schmand und Dill^{2, 3, 5}

Menü 2:

Schupfnudeln mit Rahmspinat und Ei²

Dienstag den 31.10.

Menü 1:

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

Menü 2:

PASTA - Bio-Penne mit Bio-Spinatsauce, dazu Knabbergurken

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