

## Speiseplan für die Woche vom 19.09. - 23.09.2022

	Gericht 1		Gericht 2	Suppe oder Dessert
Montag	Mainzer Speckpfannkuchen 8,C,A,G	oder	Gnocchi in Käsesoße A,G	Bananen mit Schokosoße und Sahne. G Salat. A,C,I,J,3
Dienstag	Hähnchen süß-sauer mit Wokgemüse und Jasminreis. G,C,8	oder	Poutin G,N	Griechischer Joghurt mit Heidelbeeren. G Salat. A,C,I,J,3
Mittwoch	Gemüse Frittata mit Brötchen. C,A,G	oder	Cous Cous Gemüsepfanne A,G	Grießpudding mit Beerensoße. G,A Salat. A,C,I,J,3
Donnerstag	Schwedische Hackbällchen mit Kartoffelpüree. N	oder	Halloumikäse mit Oliven Cocktailtomaten Knoblauch und Fladenbrot. N,A,F	Frische Wassermelone. Salat A,C,I,J,3
Freitag	Fischstäbchen mit Kartoffelsalat. D,A,C,N		Spaghetti in Basilikum Knoblauch Olivenöl. A,G	Hausgebackener Kuchen. A,G,C Salat A,C,I,J,3
<b>Zusatzstoffe:</b> 1) mit Farbstoff. .2) mit Konservierungsstoff.. 3) mit Antioxidationsmittel..4) mit Geschmacksverstärker.. 5) geschwefelt..6) geschwärzt.. 7) gewachst.. <b>Allergene:</b> A) Gluten (Weizen)..B) Krebstiere.. C) Eier.. D) Fisch.. E) Erdnüsse.. F) Soja.. G) Milch,Laktose . H) Schalentiere.. I) Sellerie..J) Senf.. K) Sesam.. L) Schwefel.. M) Lupinen.. N) Stärke				

**INFO : Mittwoch vegetarischer Tag**

## Speiseplan für die Woche vom 26.09. - 30.09.2022

	Gericht 1		Gericht 2	Suppe oder Dessert
Montag	Italienisches Rinderragout mit Spirelli. A,N	oder	Gemüse in Backteig mit Zaziki. A,G	Griechischer Joghurt mit Kirschen. G Salat. A,C,I,J,3
Dienstag	Schweizer Schupfnudelpfanne. A,G,8	oder	Vegetarisches Chili mit Fladenbrot. A,N	Bananen Milchshake. G Salat. A,C,I,J,3
Mittwoch	Kartoffel Paprika Zucchinitopf. N	oder	Kartoffel Gemüsegröstl mit Spiegelei. C,G,N	Früchtepudding mit Sahnetupfen. G,N Salat. A,C,I,J,3
Donnerstag	Putenkeulenbraten mit Kartoffelklößen. N	oder	Spaghetti mit Bauernsoße und Parmesankäse. A,G	Haselnusseis mit Sahne. G Salat A,C,I,J,3
Freitag	Fischcurry mit Jasminreis. D,N,F		Gebackener Camembert mit Preiselbeeren und Brötchen. G,A	Hausgebackener Kuchen. A,G,C Salat A,C,I,J,3
<b>Zusatzstoffe:</b> 1) mit Farbstoff. .2) mit Konservierungsstoff.. 3) mit Antioxidationsmittel..4) mit Geschmacksverstärker.. 5) geschwefelt..6) geschwärzt.. 7) gewachst.. <b>Allergene:</b> A) Gluten (Weizen)..B) Krebstiere.. C) Eier.. D) Fisch.. E) Erdnüsse.. F) Soja.. G) Milch,Laktose . H) Schalentiere.. I) Sellerie..J) Senf.. K) Sesam.. L) Schwefel.. M) Lupinen.. N) Stärke				

**INFO :** Mittwoch vegetarischer Tag