

Speiseplan für die Woche vom 12.01. - 16.01.2026

	Gericht 1		Gericht 2	Suppe oder Dessert
Montag	Mainzer Speckpfannkuchen. G,9,C,10,A	oder	Penne mit Parmesan Sahnesoße. A,G	Birne mit Schokosoße und Sahnetupfen G Salat. A,C,I,J,3
Dienstag	Hackfleischbällchen mit Tomatensoße und Reis. A,C,N	oder	Bulgur Gemüsepfanne mit Schafskäse. A,G	Ananasquark. G Salat. A,C,I,J,3
Mittwoch	Blumenkohl Kartoffelauflauf. N,G,A	oder	Reisnudelsuppe mit Gemüse. N,F	Vanillepudding mit Erdbeersoße. G,N Salat. A,C,I,J,3
Donnerstag	Balkan Geschnetzeltes mit Kroketten. C,A,N,I	oder	Kichererbsencurry mit Basmatireis. N,F,N	Frisches Obst. Salat A,C,I,J,3
Freitag	Fischauflauf mit Brötchen. D,G,A	oder	Spiegelei mit Bratkartoffeln. C,G,N	Hausgebackener Kuchen. A,C,G,H Mandeln Salat. A,C,I,J,3
	Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff.. 2) mit Konservierungsstoff.. 3) mit Antioxidationsmittel.. 4) mit Geschmacksverstärker.. 5) geschwefelt.. 6) geschwärzt.. 7) gewachst.. 8) Süßstoffe. 8 A) andere Süßungsmittel. 9) mit Phosphat. 10) Nitrit. 10 A) Milcheiweiß. 10 B)Eiklar. 10 C) Sahne. Allergene: A) Gluten (Weizen)..B) Krebstiere.. C) Eier.. D) Fisch.. E) Erdnüsse.. F) Soja.. G) Milch,Laktose . H) Schalenfrüchte.. I) Sellerie..J) Senf.. K) Sesam.. L) Schwefel.. M) Lupinen.. N) Stärke			

INFO : Mittwoch vegetarischer Tag