



SPEISEPLAN

Woche vom 23.10. bis 26.10.2017

Montag	Überbackene Hähnchenbrust mit Kokosmilch und Reis Salat (1+13) Dessert	Gefüllte Paprika mit Reis und Mais Salat (1+13) Dessert
Dienstag	Erbsensuppe (1) Vollkornbrot (3) Dessert	Maultaschen (3) mit Rahmsoße Erbsengemüse Dessert
Mittwoch	Spaghetti (3) (Vollkorn) mit Spinat (1) Dessert	Spaghetti (3) mit Gemüsesahnesoße (1) Dessert
Donnerstag	Braune Hackfleischsoße mit Salzkartoffeln und Endiviensalat (1+13) Dessert	Salzkartoffeln mit Backfisch (1+3) und Quarkdip (1) Dessert
Freitag	Lachsfilet mit Dip (1) dazu Zitrone und Curryreis Dessert	

Änderungen vorbehalten! Jeweils Alternativen bei Ei-, Lactose- oder Gluten-Unterverträglichkeit sowie Vegetarier und Moslems

- 1) Lactose a) Sahne b) Milch c) Margarine d) Käse
- 2) Ei
- 3) Gluten a) Weizenmehl b) Roggenmehl c) Paniermehl
- 4) Geschmacksverstärker
- 5) Phosphat
- 6) Fisch
- 7) Sellerie
- 8) Süßungsmittel a) Ketchup
- 9) Konservierungsstoffe
- 10) Nüsse
- 11) Senf
- 12) Antioxidationsmittel
- 13) Schwefeldioxid (Essig)
- 14) Krustentiere