



# SPEISEPLAN

**Woche vom 19.03. bis 23.03.2018**

<b>Montag</b>	Möhrensuppe (1) Vollkorntoast (3) Waffeln (1+2+3+8+10)	„Dibbelabbes“ mit Rohkostsalat (1+13) und Apfelmus Waffeln (1+2+3+8+10)
<b>Dienstag</b>	Überbackene Hähnchenbrust (1) mit Reis und Rohkostsalat (1+13) Obst	Pellkartoffeln mit Quark (1+13)) Obst
<b>Mittwoch</b>	Fischburger (2+3) mit Salat (1+13) und Ofenkartoffeln Joghurt	Spinat mit Spiegelei und Ofenkartoffeln Joghurt (1+8)
<b>Donnerstag</b>	Gemüseragout mit Spirellis (3) Erdbeerpudding (1+8)	„Toast Hawaii“ mit Salatteller (1+3+5) Erdbeerpudding (1+8)
<b>Freitag</b>	Ravioliauflauf (1+3) und Salat (1+13) Quarkspeise (1+8)	

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