



48. KW

Speiseplan vom:

29.11.-03.12.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Suppe

Frühlingssuppe

Spinatcremesuppe

Gemüsecremesuppe

Lauchcremesuppe

Hühnersuppe
mit Eierflocken

Inhaltsstoffe

Ei,G1,Sel

M,Sel

M,Sel

M,Sel

Ei,G1,Sel

**Vegetarisches
Menüs**

Knuspriger Gemüserösti
mit Tomaten
und Käse überbacken
dazu einen Beilagensalat

Leichte Bulgur
Gemüsepfanne
mit Hirtenkäsewürfel
und Kräutern

"Omas"
Zwetschgen-Pfannkuchen
mit Vanillequark
und Zimt und Zucker

Kartoffel-Gemüsepfanne
aus Brokkoli, Möhren
und Blumenkohl
dazu Kräuterquark

Spaghetti "Puttanesca"
in fruchtiger
Tomatensauce
mit Oliven, Zwiebeln,
Paprika, Kapern
und Knoblauch

Inhaltsstoffe

Ei,G1,M,Sel,Sen

G,M,Sel

Ei,G1,M

M,Sel

G1,Sel

**Hausgemacht-
Gut
Bürgerlich**

Bratwurst
mit Röstzwiebeln
dazu Kartoffelpüree
und Speckbohnen

Hausgemachter
Westfälische Hackbraten
in Bratenjus
auf leichtem Spitzkohlgemüse
und Salzkartoffeln

Mexiko-Wrap
mit Rinderhackfleisch,
buntem Gemüse
und Cheddar überbacken

Herzhafter
Kartoffeleintopf
mit Wurzelgemüse
aus Möhren, Sellerie
und Lauch
und einer Mettwurst

Geschnetzeltes
vom Schwein
in Rahmsauce
mit Reis
und Gurkensalat

Inhaltsstoffe

15,M,Sel

Ei,G1,Sel,Sen

G1,M,Sel

15,Sel

G,M,Sel,Sen

**Aus Topf
und Pfanne**

Langsam geschmortes
BBQ-Fleisch
mit Kartoffel Wedges
und Chilibohnen-Mais-
Gemüse

Gänsekeulenfleisch
"Süß-Sauer"
mit Mienudeln
und asiatischem
Wokgemüse
dazu Sojasprossen

Himmel und Äd
mit Kartoffelpüree
und Röstzwiebeln
dazu gebratene Flöznz

Schweineschnitzel
"Bombay"
mit fruchtiger Currysauce
dazu Mischgemüse
und Reis

Gebratenes Seelachsfilet
mit einer Haselnusskruste
und Schwarzwurzelgemüse
dazu Kräuter-Kartoffelpüree

Inhaltsstoffe

Sel

9,G1,Sel

Ei,G1,M

5,Ei,G,G1,Sel

Ei,F,G1,M,N,N2,Sel

Dessert

Dessertauswahl

Dessertauswahl

Dessertauswahl

Dessertauswahl

Dessertauswahl

Inhaltsstoffe:

G=Getreide M=Milch Ei=Ei So=Soja Sel=Sellerie Sen=Senf Ses=Sesam Er=Erdnüsse N=Schalenfrüchte K=Krebstiere F=Fisch Su=Schwefeldioxid L=Lupine W=Weichtiere G1=Weizen G2=Roggen G3=Gerste G4=Hafer

1=Farbstoffe 3=Antioxidationsmittel 4=Geschmacksverstärker 5=geschwefelt 6=geschwärzt 8=Phosphat 9=Süßungsmittel 18=Milcheiweiß

N1=Mandel N2=Haselnuss N3=Walnuss