

# Speiseplan vom 17.01.2022 bis 21.01.2022 (KW 3) für Kindergarten und Schule

|                       | Gericht 1   | Gericht 2   |  |
|-----------------------|---|---|--|
| Montag 17.01.2022     | <b>Couscous-Gemüsepfanne</b><br>Couscous (G, G1, G2, G5)<br>mit gebratenem Gemüse<br>(Zucchini, Paprika und Auberginen)<br>dazu Tomatensauce<br><br>Pfirsich-Quarkspeise (L, L1)  | <b>Penne Carbonara</b><br>Penne (E, G, G1, J), mit Kochschinken<br>(1, 4, 5) (Schinken = Schweinefleisch),<br>in Käsesauce (E, L, L1), geriebener Käse<br>(Alternative: Geflügelfleischwurst)<br><br>Pfirsich-Quarkspeise (L, L1) | <b>Allergene:</b><br>A Schalenfrüchte<br>B Erdnüsse<br>C Sellerie<br>D Sesam<br>E Eier<br>F Fisch<br>G Glutenhaltiges Getreide<br>G1 Weizen<br>G2 Roggen<br>G3 Hafer<br>G4 Dinkel<br>G5 Gerste<br>H Senf<br>I Lupine<br>J Sojabohnen<br>K Krebstiere<br>L Laktose<br>L1 Milch und -Erzeugnisse<br>M Schwefeldioxid<br>+ Sulphite<br>N Weichtiere |
| Dienstag 18.01.2022   | <b>Senfeier</b><br>gekochte Eier (E)<br>milde Senfsauce (H, L, L1)<br>Petersilienkartoffeln<br><br>Bunter Salat mit Dressing (L, L1)  | <b>Schollenfilet</b><br>Schollenfilet in Eihülle<br>gebraten (E, F, G, G1),<br>mit Rahmwirsing (L, L1)<br>und Salzkartoffeln<br><br>Bunter Salat mit Dressing (L, L1)   |  |
| Mittwoch 19.01.2022   | <b>Wunschmenü</b><br>Heute bestimmt jede Einrichtung den Speiseplan für sich selbst.<br><br>Nennt uns einfach eure Hauptspeise inklusive Beilagen<br>und Nachtisch, Salate & Co. und/oder ähnlichem.<br><br>Viel Spaß und Freude dabei. |   |  |
| Donnerstag 20.01.2022 | <b>Haferflocken-Käse-Bratling</b><br>Haferflocken-Käse-Bratling (E, G, G3, L, L1)<br>mit Pellkartoffeln<br>und Sour Creme (L, L1)<br><br>Vanillepudding (E, L, L1) mit Fruchtsauce  | <b>Putengeschnetzeltes</b><br>Putenbruststreifen in Rahmsauce (L, L1)<br>mit Erbsen und Möhren-Gemüse,<br>Reis<br><br>Vanillepudding (E, L, L1) mit Fruchtsauce   |  |
| Freitag 21.01.2022    | <b>Kräuterpfannkuchen</b><br>Kräuterpfannkuchen (E, G, G1, L, L1),<br>dazu<br>Tofu-Blattspinat-Tomaten-Gemüse,<br>+ Tomatensauce<br><br>verschiedene Sorten Obst  | <b>Käse-Hack-Porree-Suppe</b><br>Rahmsuppe von Rinderhackfleisch,<br>Porree und Schmelzkäse (L, L1)<br>+ Brot (E, G, G1)<br><br>verschiedene Sorten Obst  |  |

- Zusatzstoffe:**
- 1 mit Antioxidationsmittel
  - 2 mit Farbstoff
  - 3 mit Geschmacksverstärker
  - 4 mit Konservierungsstoff
  - 5 mit Phosphat
  - 6 mit Süßungsmittel
  - 7 mit Süßungsm. Aspartam
  - 8 chininhaltig
  - 9 koffeinhaltig
  - 10 geschwärzt
  - 11 geschwefelt
  - 12 gewachst
  - 13 taurinhaltig

