Anna & Anton wünschen guten Appetit!

optiMa(h)l Vollwertküche

Speiseplan 15.04. bis 19.04.2024

Montag	**Broccoli-Lauchcremesuppe(M,Mz,SE), dazu ein Dinkelleinsamenbrötchen Dessert: Naturjoghurt(M,Mz) mit Pfirsichpüree(1)**
Dienstag	**Knabberbeilage: Möhren-Apfelfrischkost Rinderpaprikageschnetzeltes(SF,SE), dazu Salzkartoffeln *alternativ vegetarisch: Möhren-Paprika-Gulasch(SE)***
Mittwoch	**Vollkornnudeln(WG), dazu eine Sonnenblumenkernbolognese(SE) und Mozzarella(M,Mz) zum Drüberstreuen(M,Mz) Dessert: Frischobst**
Donnerstag	**Knabberbeilage: Gemüserohkost 1 gekochtes Ei, dazu eine Tomatensoße(So,SE) und Kartoffelpüree(M,Mz)**
Freitag	**Knabberbeilage: Tomaten-Gurken-Paprikasalat Spinatbratling(DG,HG,Ei,M) mit Bärlauchdip(M,Mz), Bulgur(WG)**

Änderung vorbehalten

Zusatzstoffe: 1= Antioxidationsmittel
Angabe zu den Allergenen auf unserer Homepage: optimahl-vollwert.de/speiseeplan
Aufgrund der Vielzahl der in unserer Küche verarbeiteten Lebensmittel, können in allen Speisen Spuren der Allergene enthalten sein!