

Anna & Anton
wünschen guten Appetit!



Speiseplan 02.03. bis 06.03.26

Montag	<p>Knabbernbeilage: Gemüse,-Obstrohkost</p> <p>Vollkornnudeln_(WG), dazu eine Sonnenblumenkernbolognese_(SE) und Raspelkäse_(M,Mz)</p>
Dienstag	<p>Kartoffel-Käse-Lauchsuppe_(SE,M,Mz), dazu ein Dinkelleinsamenbrötchen</p> <p>Dessert: Grießcreme_(WG,M,Mz)</p>
Mittwoch	<p>Knabberbeilage: Gurken-Maissalat</p> <p>paniertes Seelachsfilet_(WG), dazu eine Dillsoße_(DG,M,Mz,SE) und Salzkartoffeln</p> <p><i>alternativ vegetarisch: panierte Selleriescheibe_(DG,WG,Ei)</i></p>
Donnerstag	<p>Blumenkohl-Erbsenbratling_(HG,M,Mz,Ei), dazu Möhrenrahmgemüse_(DG,M,Mz) und Salzkartoffeln</p> <p>Dessert: Frischobst</p>
Freitag	<p>Knabberbeilage: Gemüserohkost</p> <p>Dinkelpfannkuchen_(DG,Ei,M,Mz) mit Obstkompott₍₁₎</p>

Änderung vorbehalten

Zusatzstoffe: 1= Antioxidationsmittel

Angabe zu den Allergenen auf unserer Homepage: optimahl-vollwert.de/speiseplan

Aufgrund der Vielzahl der in unserer Küche verarbeiteten Lebensmittel, können in allen Speisen Spuren der Allergene enthalten sein!