

Anna & Anton
wünschen guten Appetit!



Speiseplan 07.04. bis 11.04.2025

Montag	Vollkornnudeln_(WG), dazu eine Linsenbolognese_(SE) und geröstete Sonnenblumenkerne
Dienstag	Gemüsecrumble_(HG,M,Mz) (Möhren, Erbsen, Kohlrabi mit Haferflockenstreusel), dazu Kartoffelpüree_(M,Mz) Dessert: Frischobst
Mittwoch	Karottenkokoscremesuppe_(SE), dazu ein Dinkelsesambrötchen Dessert: Grießcreme_(WG,M,Mz)
Donnerstag	Knabberbeilage: Gurken-Melonensalat Süßkartoffel-Rinderhackfleisch-Auflauf_(SE,M,Mz) mit Käsehaube <i>alternativ vegetarisch:</i> Süßkartoffel-Sonnenblumenhack-Auflauf_(SE,M,Mz) mit Käsehaube
Freitag	Knabberbeilage: Gemüse,-Obstrostkost Spinatbratling_(DG,HG,Ei,M,Mz), dazu ein Bärlauchdip_(M,Mz) und Salzkartoffeln

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!