



Unser Speiseplan entspricht dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder“ sowie dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“. Er wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zertifiziert und mit diesem Logo ausgezeichnet.

**Anna & Anton**  
wünschen guten Appetit!



## Speiseplan 03.05. bis 07.05.2021

<b>Montag</b>	<p><b>Knabberbeilage: Gemüserohkost</b></p> <p><b>Chili sin Carne<sup>(DG,SE)</sup>, dazu Bulgur<sup>(WG)</sup></b></p>
<b>Dienstag</b>	<p><b>Schnittbohneintopf</b> (Schnittbohnen mit Kartoffeln)<sup>(SF)</sup>, <b>dazu Rinderhackbraten<sup>(Ei,DG,SS)</sup> in brauner Soße<sup>(DG,SE)</sup></b></p> <p><i>alternativ vegetarisch:</i> <b>Haferkäsebratling<sup>(HG,Ei,M,SF,SE)</sup></b></p> <p><b>Dessert: Frischobst</b></p>
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Knabberbeilage: Gurken-Maissalat</b></p> <p><b>paniertes Lachsfilet<sup>(DG,WG,Ei)</sup>, dazu ein Radieschendill-dip<sup>(M,Mz)</sup> und Salzkartoffeln</b></p> <p><i>alternativ vegetarisch:</i> <b>panierte Kohlrabischnitte<sup>(DG,WG,Ei)</sup></b></p>
<b>Donnerstag</b>	<p><b>Knabberbeilage: Gemüse/Obstrohkost</b></p> <p><b>Linsen-Gemüselasagne<sup>(WG,DG,M,Mz,SE)</sup></b> (Zucchini, Möhre, Tomate) <b>mit Käsehaube</b></p>
<b>Freitag</b>	<p><b>Kohlrabicremesuppe<sup>(M,Mz)</sup> mit gerösteten Kürbiskernen<sup>(So)</sup>, dazu ein Dinkelleinsamenbrötchen<sup>(DG)</sup></b></p> <p><b>Dessert: Schokocreme<sup>(M,Mz)</sup></b></p>

Der Geschmack der Radieschen erinnert an Rettich. Beide Sorten sind miteinander verwandt! Je nach Sorte sind sie unterschiedlich scharf. Wir verwenden eine milde Sorte und auch nur wenig, damit der Dip nicht scharf wird.



Änderung vorbehalten

Zusatzstoffe: 1= Antioxidationsmittel

Angabe zu den Allergenen auf unserer Homepage: [optimahl-vollwert.de/speiseplan](http://optimahl-vollwert.de/speiseplan)

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