

Anna & Anton
wünschen guten Appetit!



Speiseplan 07.10. bis 11.10.2024

Montag	<p>Erbsensuppe_(SE), dazu ein Dinkelsesambrötchen</p> <p>Dessert: Frischobst</p>
Dienstag	<p>Vollkornnudeln_(WG), dazu eine vegetarische Bolognese_(SE)</p> <p>Dessert: Heidelbeerquark_(M,Mz)</p>
Mittwoch	<p>Knabberbeilage: Weißkohl-Apfelsalat</p> <p>Seelachsfilet in Cornflakespanade_(Ei), dazu eine Dillsoße_(DG,M,Mz) und Vollkornreis</p> <p><i>alternativ vegetarisch: Sellerieschnitte in Cornflakespanade_(Ei)</i></p>
Donnerstag	<p>Knabberbeilage: Gemüserohkost</p> <p>Rotkohlgemüse₍₁₎ mit Kartoffelpüree_(M,Mz), dazu ein Dinkelkäsebratling_(DG,Ei,SE,M,SF)</p>
Freitag	<p>Knabberbeilage: bunter Rohkostsalat</p> <p>Tomatenlasagne_(SE,DG,WG,M,Mz)</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!