

*Anna & Anton  
wünschen guten Appetit!*



## Speiseplan 23.02. bis 27.02.2026

<b>Montag</b>	<p><b>Knabberbeilage: Gemüse,-Obstrostkost</b></p> <p><b>Vollkornnudeln<sub>(WG)</sub>, dazu eine Rinderbolognese<sub>(SE)</sub></b></p> <p><i>alternativ vegetarisch: Sonnenblumenhackbolognese<sub>(SE)</sub></i></p>
<b>Dienstag</b>	<p><b>Erbsensuppe<sub>(SE)</sub> mit einem Dinkelsesambrötchen<sub>(DG,SE)</sub></b></p> <p><b>Dessert: Schokocreme<sub>(M,Mz)</sub></b></p>
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Knabberbeilage: rote Bete-Apfelfrischkost</b></p> <p><b>Spinatlachssoße<sub>(M,Mz)</sub>, dazu Salzkartoffeln</b></p> <p><i>alternativ vegetarisch: Spinatkäsesoße<sub>(M,Mz)</sub></i></p>
<b>Donnerstag</b>	<p><b>Dinkelkäsebratling<sub>(DG,HG,SE,Ei,M,Mz)</sub>, dazu Apfelrotkohl<sup>(1)</sup> und Kartoffelpüree<sub>(M,Mz)</sub></b></p> <p><b>Dessert: Frischobst</b></p>
<b>Freitag</b>	<p><b>Knabberbeilage: Gemüserohkost</b></p> <p><b>Reibekuchen<sub>(HG,Ei)</sub> für jeden 2 Stück, dazu Apfelkompott<sup>(1)</sup></b></p>

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!