

Speiseplan für November 2023

Mittwoch den 01.11.
(Allerheiligen)
(keine Speisen)

Donnerstag den 02.11.

Menü 1:

Gulaschsuppe (Rind)
mit Paprika und Kartoffeln,
dazu Bio-Weizenbaguette

Menü 2:

Vegane mediterrane Spinatstange mit Schmand,
dazu Linsengemüse^{3, 8}

Freitag den 03.11.

Menü 1:

Sojaschnitzel mit Paprikasauce,
dazu Bio-Reis und Salat mit Honig-Vinaigrette^{1, 3, 5}

Menü 2:

Gemüsegulasch
(Karotten, Brokkoli, Blumenkohl)
mit kleinen Kartoffeln (100 % Bio)³

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 06.11.

Menü 1:

Seelachsfilet (natur) mit Tomatensauce,
dazu Bio-Fusilli und Salat mit Joghurtdressing³

Menü 2:

Gnocchi mit Zucchinisahnesauce,
dazu geriebener Käse (100% Bio)³

Dienstag den 07.11.

Menü 1:

Putengeschnetzeltes mit Pilzen,
dazu Semmelknödel und Fingermöhren^{1, 4, 5}

Menü 2:

Ein Gemüsetaler (Karotte, Sellerie, Porree)
mit Blattspinat und Bio-Salzkartoffeln^{3, 8}

Mittwoch den 08.11.

Menü 1:

Gemüse Eintopf (Paprika, Lauch, Karotten, Weiße Bohnen)
mit Rindswurstscheiben dazu Bio-Weizenbaguette^{2, 3}

Menü 2:

Kaiserschmarrn mit Vanillesauce,
dazu Zimt und Zucker

Donnerstag den 09.11.

Menü 1:

Pochiertes Hokifilet mit Dillsauce,
dazu Bio-Dinkelreis und Knabbergurken

Menü 2:

Gemüsetortelloni (Spinat, Karotte, Sellerie)
dazu Paprikasauce und Salat mit Honig-Vinaigrette³

Freitag den 10.11.

Menü 1:

Vegetarische Sonnenblumenkernsauce,
dazu Salzkartoffeln und Salat mit Joghurtdressing (100% Bio)³

Menü 2:

Winterliches Ratatouille (Kohlrabi, Kürbis und Steckrüben),
dazu Bio-Vollkornreis

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide
a1 enthält Weizen
a2 enthält Roggen
a3 enthält Gerste
a4 enthält Hafer
a5 enthält Dinkel
a6 enthält Kamut
b enthält Krebstiere
c enthält Eier
d enthält Fisch
e enthält Erdnuss

f enthält Soja
g enthält Milch- und Milcherzeugnisse
h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse
h1 enthält Mandel
h2 enthält Haselnuss
h3 enthält Walnuss
h4 enthält Kaschunuss
h5 enthält Pekanuss
h6 enthält Paranuss
h7 enthält Pistazie
h8 enthält Macadamianuss

i enthält Sellerie
j enthält Senf
k enthält Sesam
l enthält Schwefeldioxid
m enthält Lupine
n enthält Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 13.11.

Menü 1:

Paniertes Hähnchen mit Kräuterbutterfüllung,
dazu Rahmwirsinggemüse und kleine Bio-Kartoffeln³

Menü 2:

Allgäuer Käsespätzle,
dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100 % Bio)

Dienstag den 14.11.

Menü 1:

Hühnerfrikassee mit Erbsengemüse,
dazu Reis (100% Bio)

Menü 2:

Bio-Rigatonelli mit Basilikumpestosauce,
dazu Grana Pandano und Chinakohl-Mais-Salat^{2, 3}

Mittwoch den 15.11.

Menü 1:

Hähnchencurry (Kokos, Ananas, Paprika)
mit Bio-Basmatireis⁴

Menü 2:

Überbackener Vegetarischer Maultaschenauflauf
mit Tomatensauce, dazu Knabbermöhren

Donnerstag den 16.11.

Menü 1:

Gebackener Lachs mit Bio-Rahmspinat,
dazu Bio-Kartoffeln³

Menü 2:

Überbackene Cannelloni gefüllt mit vegetarischer Bolognese (Soja)
in Kürbis-Bechamelsauce, dazu Salat mit Honig-Vinaigrette³

Freitag den 17.11.

Menü 1:

Sojaschnitzel mit Bio-Bulgur und Gemüse
(Kichererbsen, Paprika, Karotten), dazu Joghurt-Minz-Dip³

Menü 2:

Kürbiscrèmesuppe
mit einer Scheibe Vollkornbrot (100% Bio)³

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 20.11.

Menü 1:

Kalbsgulasch
mit Kartoffelknödel^{1,5}

Menü 2:

Schupfnudeln
mit Wirsing- und Möhrengemüse

Dienstag den 21.11.

Menü 1:

Bio-Spaghetti mit Bolognese (Geflügel),
dazu Reibekäse und cremiger Karottensalat^{3,4}

Menü 2:

Penne mit Gemüsegulasch
(Karotten, Brokkoli, Blumenkohl),
dazu Saure Sahne (100 % Bio)

Mittwoch den 22.11.

Menü 1:

Linseneintopf mit Puten-Wienerwürstchen
und Weizenbaguette (100% Bio)^{2,3,8}

Menü 2:

Drei Kartoffel-Reibekuchen
mit Apfelmus³

Donnerstag den 23.11.

Menü 1:

Eine Geflügelbratwurst mit Bratensauce,
dazu Rotkraut und Kartoffelpüree^{1,5}

Menü 2:

Vollkorn-Spaghetti mit Tomatensauce,
dazu geriebener Käse und Salat in Joghurt-Dressing (100% Bio)³

Freitag den 24.11.

Menü 1:

Rindergulasch mit Spätzle^{1,5,8}

Menü 2:

Asiatische Gemüsebällchen (Karotten, Weißkohl, Bambus)
mit Kokos-Currysauce,
dazu Bio-Basmatireis und Gurkensalat³

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß

Montag den 27.11.

Menü 1:

Pochiertes Hokifilet
mit Rahmspinat und Salzkartoffeln

Menü 2:

Vier panierte Gemüsesticks (Karotte, Apfel)
mit Kräuterdip,
dazu Bio-Dinkelreis

Dienstag den 28.11.

Menü 1:

Hähnchenbrustfilet mit Tomatensauce,
dazu Bio-Penne und cremiger Karottensalat

Menü 2:

Fünf Falaffel mit Bio-Couscous und Gemüse
(Paprika, Karotte, Kichererbse), dazu Paprikadip³

Mittwoch den 29.11.

Menü 1:

Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch (Rind),
dazu Weizenbaguette (100% Bio)

Menü 2:

Linsen-Hirse-Bällchen mit Bio-Basmatireis,
dazu Kräuterquark und Salat mit Honig-Vinaigrette³

Donnerstag den 30.11.

Menü 1:

Lachsburger zum selbst Zusammenbauen
mit Salat und Cocktailsauce, dazu Kartoffelecken^{2, 3, 5}

Menü 2:

Vegetarisches Gulasch (Soja)
mit Bio-Vollkornspirelli,
dazu Cole Slaw^{1, 3, 5}

ALLERGENE STOFFE

a Glutenhaltiges Getreide	f enthält Soja	i enthält Sellerie
a1 enthält Weizen	g enthält Milch- und Milcherzeugnisse	j enthält Senf
a2 enthält Roggen	h enthält Schalenfrüchte/ Nüsse	k enthält Sesam
a3 enthält Gerste	h1 enthält Mandel	l enthält Schwefeldioxid
a4 enthält Hafer	h2 enthält Haselnuss	m enthält Lupine
a5 enthält Dinkel	h3 enthält Walnuss	n enthält Weichtiere
a6 enthält Kamut	h4 enthält Kaschunuss	
b enthält Krebstiere	h5 enthält Pekanuss	
c enthält Eier	h6 enthält Paranuss	
d enthält Fisch	h7 enthält Pistazie	
e enthält Erdnuss	h8 enthält Macadamianuss	

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff
2 mit Konservierungsstoff
3 mit Antioxidationsmittel
4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt
6 geschwärzt
7 gewachst
8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel
10 enthält Phenylalaninquelle
11 mit Milcheiweiß