



# Speisenplan\*

Wir helfen hier und jetzt.



30.06.-04.07.2025

Woche 2

Montag	Nudelaufauf <sub>A,G</sub> und Rohkostalat; Dessert: Obst
Dienstag	Fisch <sub>A,C</sub> mit Butterkartoffeln und Quark <sub>G</sub> Dessert: Wackelpudding
Mittwoch	Bunte Gemüsesuppe <sub>I</sub> mit Vollkornbrot <sub>A</sub> Dessert: Joghurt <sub>G</sub>
Donnerstag	Geflügel-Frikadelle <sub>3,5,7</sub> , Rahmsauce <sub>A,G</sub> , Reis und Erbsen-Möhrengemüse <b>Obst</b>
Freitag	Rührei, Kartoffelstampf <sub>G</sub> und Blattsalat <sub>J</sub> Dessert: Birnenmus

1 = Farbstoff, 2 = geschwärzt, 3 = Konservierungsstoffe, 4 = Schwefeldioxid, Sulfid, 5 = mit Phosphat, 6 = mit Antioxidationsmittel, 7 = mit Geschmacksverstärker, 8 = gewachst, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = mit Zuckerarten, 11 = enthält Phenylalaninquelle, 12 = Stabilisator, 13 = chininhaltig, 14 = koffeinhaltig, A = Glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Eier, D = Fisch, E = Erdnüsse, F = Soja, G = Milch, H = Schalenfrüchte, I = Sellerie, J = Senf, >K = Sesamsamen, L = Lupine, M = Weichtiere

\* Dieser Speisenplan wurde in Anlehnung an die Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. erstellt