



# Speisenplan\*

Wir helfen  
hier und jetzt.



AQA des ASB mbH

01.09.25 -05.09.25

Woche 3

|            |                                                                                                                 |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | Gabelspaghetti <sup>A</sup> mit Tomatensauce <sup>A,G</sup> und Zucchini-Salat <sup>J</sup><br>Dessert: Obst    |
| Dienstag   | Seefisch <sup>A</sup> mit Reis und Gemüse<br>Dessert: Pudding <sup>G</sup>                                      |
| Mittwoch   | Eintopf mit Nudleinslage <sup>A</sup> , Vollkornbrot<br>Dessert: Apfelmus                                       |
| Donnerstag | Veggie-Gulasch <sup>A,F,G</sup> mit Champignons und Reis<br>Dessert: Joghurt <sup>G</sup>                       |
| Freitag    | Wiener Würstchen <sup>3,5,7</sup> mit Kartoffelstampf <sup>G</sup> und Blattsalat <sup>J</sup><br>Dessert: Obst |

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. und der Bremer Checkliste erstellt.

