



Allergiker-Speiseplan

Speiseplan vom 27.03.2023 bis 31.03.2023, 13. Kalenderwoche

Datum	Montag 27.3.2023	Dienstag 28.3.2023	Mittwoch 29.3.2023	Donnerstag 30.3.2023	Freitag 31.3.2023	
Menülinie						
Gluten frei	2 kleine Grill Fische (MSC Seelachs) mediterran gewürzt³ mit Rahmspinat^A und Kartoffeln Dessert: Erdbeerjoghurt ⁶	Spaghetti mit Rinderbolognese Dessert: Obst	Hühnerfrikassee^A mit Mais und BIO-Reis[*] Dessert: Aprikosenquark ⁶	Hamburger¹³ mit Rindfleischpatti¹⁰ dän. Gurkenscheiben ^{H, 10} Ketchup ⁹ Dessert: Banane	Spiralnudeln¹² mit Broccoli und weißer Sahnesoße^{A, 6} Dessert: Möhrensalat	
	369,2 kcal 1541,1 kJ 6,9 g 33,3 g 38,4 g 3,1 BE		689,3 kcal 2865,2 kJ 17 g 19,2 g 110,3 g 9,1 BE	461,4 kcal 1931,5 kJ 5,5 g 26,9 g 67,9 g 5,5 BE	652,9 kcal 2465,8 kJ 14,3 g 21,6 g 92 g 7,7 BE	717,7 kcal 3006,6 kJ 17,1 g 6,5 g 125,2 g 10,3 BE

Laktose/Milch frei	2 kleine Grill Fische (MSC Seelachs) Mediterran gewürzt³ mit Rahmspinat^A und Kartoffeln Dessert: Fruchtmus ^C	Spaghetti^{4, 4a} mit Rinderbolognese Dessert: Obst	Hühnerfrikassee^A mit Mais und BIO-Reis[*] Dessert: Aprikosenquark ⁶	Hamburger^{4,4a,11} mit Rindfleischpatti¹⁰ dän. Gurkenscheiben ^{H, 10} Ketchup ⁹ Dessert: Banane	Spiralnudeln¹² mit Broccoli und weißer Sahnesoße^{A, 6} Dessert: Möhrensalat
	371,8 kcal 1560,2 kJ 4,9 g 31,4 g 43,9 g 3,6 BE	442,5 kcal 1851,3 kJ 6,9 g 18,7 g 72,3 g 5,9 BE	478,8 kcal 2005,5 kJ 5,6 g 19,6 g 77,5 g 6,3 BE	564,4 kcal 2094,8 kJ 17,1 g 27,1 g 58,4 g 4,9 BE	717,7 kcal 3006,6 kJ 17,1 g 6,5 g 125,2 g 10,3 BE

Legende der Inhaltsstoffe		
Energie (Kilokalorien)	kcal	
Energie (Kilojoule)	kJ	
Fett	mg	
Eiweiß (Protein)	mg	
Kohlenhydrate, resorbierbare	g	
Proteinheiten	BE	

Legende der Zusatzstoffe
 A - mit Farbstoff, B - mit Konservierungsstoff, C - mit Antioxidationsmittel, D - mit Geschmacksverstärker, E - geschwefelt, F - geschwärzt, G - mit Phosphat, H - mit Süßungsmittel, J - gewachst

Legende der Allergene
 1 - enth. Ei, 2 - enth. Erdnüsse, 3 - enth. Fisch, 4 - enth. Gluten, 4a - enth. Weizen, 4b - enth. Roggen, 4c - enth. Gerste, 4d - enth. Hafer, 4e - enth. Dinkel, 4f - enth. Kamut, 5 - enth. Krebstiere, 6 - enth. Milch einschl. Laktose, 7 - enth. Schalenfrüchte, 7a - enth. Mandeln, 7b - enth. Haselnuss, 7c - enth. Walnuss, 7d - enth. Cashewnuss, 7e - enth. Pekannuss, 7f - enth. Paranuss, 7g - enth. Pistazie, 7h - enth. Macadamianuss, 8 - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, 9 - enth. Sellerie, 10 - enth. Senf, 11 - enth. Sesam, 12 - enth. Soja (gen-tech-frei), 13 - enth. Lupinen, 14 - enth. Weichtiere

Die Auflistung der Allergene bezieht sich auf die 14 Hauptauslöser allergischer Lebensmittelreaktionen (Allergien und Unverträglichkeiten). Eine Nennung erfolgt, wenn die vorbezeichneten Stoffe oder daraus hergestellten Erzeugnisse verändert oder unverändert im Menü enthalten sind. Unbeabsichtigte und technisch unvermeidbare Übertragungen auf Produkte, die dieses Allergen grundsätzlich nicht als Zutat enthalten, können wir nicht vollständig ausschließen. Diese sogenannten Kreuzkontaminationen sind nicht angegeben.

Unsere Zertifizierungsnummer: *D-SH-012-0808-B* * Unsere ausgewiesenen Bio-Komponenten entsprechen der EG-Ökoverordnung, zertifiziert durch DE-ÖKO-012. Alle Tofu- und Sojaprodukte sind ausschließlich Bio-Erzeugnisse.

