



# Allergiker-Speiseplan

Speiseplan vom 15.07.2024 bis 19.07.2024, 29. Kalenderwoche

Datum	Montag 15.7.2024	Dienstag 16.7.2024	Mittwoch 17.7.2024	Donnerstag 18.7.2024	Freitag 19.7.2024
Menülinie					
<b>Gluten frei</b>	Chili sin Carne <sup>C, 9, 12</sup> mit BIO-Reis <sup>*</sup> Dessert: Erdbeeryoghurt <sup>6</sup>	Hot Dog Brötchen <sup>12</sup> mit Geflügelwiener <sup>B, C</sup> Gurkenscheiben <sup>11, 10</sup> und Ketchup <sup>9</sup> Dessert: Obst	Gemüseintopf <sup>9</sup> mit Hühnerfleisch und einem Brötchen <sup>12</sup> Dessert: Obst	Vegetarische Carbonara <sup>A</sup> mit Spaghetti Dessert: Möhrensalat	4 Fischstäbchen (MSC) <sup>3</sup> mit Erbsen/Fingermöhren Kräuterquark <sup>6</sup> und Kartoffeln Dessert: Paprikastick
	586,7 2444,5 4,2 q 20,7 g 106,4 g 8,6 BE	752 kcal 3152,4 kJ 27,3 q 21,7 g 98,1 g 8,2 BE	392,6 1645,8 kJ 6,6 q 19,8 g 62,1 g 5,2 BE	785,4 3264,5 kJ 23,1 q 13,8 g 122,5 g 10,1 BE	444,4 1834,2 kJ 13 q 27,5 g 54,7 g 4,5 BE

<b>Laktose/Milch frei</b>	Chili sin Carne <sup>C, 9, 12</sup> mit BIO-Reis <sup>*</sup> Becher: Erdbeerpüree	Hot Dog Brötchen <sup>4,4a</sup> mit Geflügelwiener <sup>B, C</sup> Gurkenscheiben <sup>11, 10</sup> und Ketchup <sup>9</sup> Dessert: Obst	Gemüseintopf <sup>9</sup> mit Hühnerfleisch und einer Laugenbrezel <sup>4,4a</sup> Dessert: Obst	Vegetarische Carbonara <sup>A</sup> mit BIO-Vollkornspaghetti <sup>4,4a</sup> Dessert: Möhrensalat	4 Fischstäbchen (MSC) <sup>3</sup> mit Erbsen/Fingermöhren veganem Dip <sup>A, 10</sup> und Kartoffeln Dessert: Paprikastick
	558,7 2332,5 2 q 18,7 g 107 g 8,6 BE	752 kcal 3152,4 kJ 27,3 q 21,7 g 98,1 g 8,2 BE	436,7 1837,6 kJ 8,7 q 26,2 g 61,4 g 5,1 BE	437,1 1829,8 kJ 10,3 q 11,6 g 67 g 5,5 BE	715 kcal 2948,4 kJ 44,4 q 20,3 g 58 g 4,9 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 - geschwärtzt, 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

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.

