



Speiseplan-Allergiker

Speiseplan vom 09.12.2024 bis 13.12.2024, 50. Kalenderwoche

| Datum | Montag 9.12.2024 | Dienstag 10.12.2024 | Mittwoch 11.12.2024 | Donnerstag 12.12.2024 | Freitag 13.12.2024 |
|--------------------|--|--|--|---|--|
| Menülinie | | | | | |
| Gluten frei | Quinoa-Erbсен-Frikadelle mit Rahmsoße ^{A, 9} Fingermöhren und Kartoffeln Dessert: Erdbeerpjoghurt ⁶ | Spaghetti mit Rinderbolognaise Dessert: Obst | 5 vegane Kottbullar mit Champignonsoße ^A Erbsen und BIO-Reis* Dessert: Aprikosenquark ⁶ | Hamburger ¹³ mit Rindfleischpatti ¹⁰ Ketchup ⁹ und Gurkenscheiben ^{10,H} Dessert: Banane | Mais mit Kartoffeln Rustic und Kräuterquark ⁶ Dessert: Möhrensalat |
| | 376,1 kcal 1569,4 kJ 4,9 g 18,9 g 58,1 g 4,7 BE | 690,5 kcal 2870,3 kJ 17,1 g 19,2 g 110,4 g 9,1 BE | 538 kcal 2254,5 kJ 8,9 g 23 g 84,7 g 7 BE | 752,9 kcal 2885,6 kJ 14,2 g 23,1 g 114,8 g 9,6 BE | 349,6 kcal 1465,2 kJ 7,1 g 14,1 g 54,8 g 4,6 BE |

| | | | | | |
|---------------------------|--|---|---|--|--|
| Laktose/Milch frei | Quinoa-Erbсен-Frikadelle mit Rahmsoße ^{A, 9} Fingermöhren und Kartoffeln Dessert: Erdbeerpjree | BIO-Spiralnudeln ^{4, 4a} mit Rinderbolognaise Dessert: Obst | 5 vegane Kottbullar mit Champignonsoße ^A Erbsen und BIO-Reis* Dessert: Fruchtmus ^A | Hamburger ^{4,4a,11} mit Rindfleischpatti ¹⁰ Ketchup ⁹ und Gurkenscheiben ^{10,H} Dessert: Banane | Mais mit Kartoffeln Rustic und veganem Dip ^{A,10} Dessert: Möhrensalat |
| | 348,1 kcal 1457,4 kJ 2,6 g 16,9 g 58,7 g 4,7 BE | 443,7 kcal 1856,4 kJ 6,9 g 18,8 g 72,4 g 5,9 BE | 563,9 kcal 2364,4 kJ 9 g 16,6 g 95,2 g 7,9 BE | 664,4 kcal 2514,6 kJ 17 g 28,6 g 81,2 g 6,8 BE | 566,6 kcal 2358,5 kJ 32,6 g 7,8 g 57,3 g 4,8 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 einschli. 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.

