



Allergiker-Speiseplan

Speiseplan vom 27.01.2025 bis 31.01.2025, 5. Kalenderwoche

Datum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menülinie	27.1.2025	28.1.2025	29.1.2025	30.1.2025	31.1.2025

Gluten frei	5 vegane Hackbällchen mit Rahmsoße ^{A,9} Erbsen und Kartoffelpüree ^A Dessert: Vanillejoghurt ⁶	564,8 kcal 2374,8 kJ 18,2 g 17,4 g 15,7 g 6,2 BE	Rinderbolognese mit Spiralnudeln ¹² Dessert: Obst	781,5 kcal 3271,2 kJ 16,2 g 9,9 g 144,3 g 11,9 BE	2 kleine Hähnchenmedaillons mit Bratensoße ^{A,9} Brechbohnen und Kartoffeln Dessert: Kirschquark ⁶	394,3 kcal 1650,6 kJ 2,7 g 44 g 42,1 g 3,4 BE	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus ^C Dessert: Obst	448,2 kcal 1875,4 kJ 16,6 g 7 g 66,1 g 5,5 BE	4 Fischstäbchen (MSC) ³ mit Kräuterquark ⁶ und kleinen Ofenkartoffeln Dessert: Paprikastick	424,8 kcal 1751,8 kJ 16,9 g 23,8 g 45,3 g 3,8 BE

Laktose/Milch frei	5 vegane Hackbällchen mit Rahmsoße ^{A,9} Erbsen und Kartoffelpüree ^A Dessert: Wackelpudding ^A	539,3 kcal 2265,3 kJ 15,3 g 14,1 g 78,3 g 6,5 BE	Rinderbolognese mit BIO-Vollkornspiralnudeln ^{4,4a} Dessert: Obst	520,6 kcal 2178,5 kJ 7,5 g 21,5 g 87,4 g 7,2 BE	2 kleine Hähnchenmedaillons mit Bratensoße ^{A,9} Brechbohnen und Kartoffeln Dessert: Rote Fruchtgrütze	408,3 kcal 1710,5 kJ 2,8 g 36,7 g 51 g 4,1 BE	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus ^C Dessert: Obst	448,2 kcal 1875,4 kJ 16,6 g 7 g 66,1 g 5,5 BE	4 Fischstäbchen (MSC) ³ mit Dip ¹⁰ und kleinen Ofenkartoffeln Dessert: Paprikastick	763,7 kcal 3143,9 kJ 55 g 16,3 g 51,4 g 4,3 BE

Legende der Inhaltsstoffe	
Energie (Kilokalorien)	kcal
Energie (Kilojoule)	kJ
Fett	
Eiweiß (Protein)	
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 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.

