



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: Vanillejoghurt⁶	Rinderbolognese mit Spiralnudeln¹² Dessert: Obst	2 kleine Hähnchenmedaillons mit Bratensoße^{A,9} Brechbohnen und Kartoffeln Dessert: Kirschquark⁶	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus^C Dessert: Obst	4 Fischstäbchen (MSC)³ mit Kräuterquark⁶ und kleinen Ofenkartoffeln Dessert: Paprikastick
	564,8 kcal 2374,8 kJ 18,2 g 17,4 g 15,7 kg 6,2 BE	781,5 kcal 3271,2 kJ 16,2 g 9,9 g 144,3 g 11,9 BE	394,3 kcal 1650,6 kJ 2,7 g 44 g 42,1 g 3,4 BE	448,2 kcal 1875,4 kJ 16,6 g 7 g 66,1 g 5,5 BE	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	Rinderbolognese mit BIO-Vollkornspiraln^{4,4a} Dessert: Obst	2 kleine Hähnchenmedaillons mit Bratensoße^{A,9} Brechbohnen und Kartoffeln Dessert: Rote Fruchtgrütze	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus^C Dessert: Obst	4 Fischstäbchen (MSC)³ mit Dip¹⁰ und kleinen Ofenkartoffeln Dessert: Paprikastick
	539,3 kcal 2265,3 kJ 15,3 g 14,1 g 78,3 g 6,5 BE	520,6 kcal 2178,5 kJ 7,5 g 21,5 g 87,4 g 7,2 BE	408,3 kcal 1710,5 kJ 2,8 g 36,7 g 51 g 4,1 BE	448,2 kcal 1875,4 kJ 16,6 g 7 g 66,1 g 5,5 BE	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.

