



# Allergiker Speiseplan

Speiseplan vom 13.01.2025 bis 17.01.2025, 3. Kalenderwoche

Datum	Montag 13.1.2025	Dienstag 14.1.2025	Mittwoch 15.1.2025	Donnerstag 16.1.2025	Freitag 17.1.2025
Menülinie					
<b>Gluten frei</b>	<b>5 vegane Hackbällchen mit Rahmsoße<sup>A,9</sup></b> <b>Brechbohnen und Kartoffeln</b> <b>Dessert: Erdbeeryoghurt<sup>6</sup></b>	<b>Erbsen und Fingermöhren mit Röstkartoffeln</b> <b>Dessert: Obst</b> <b>Kräuterquark<sup>6</sup></b>	<b>4 Chiken Fingers<sup>G</sup> mit Mais und Kartoffelpüree<sup>A</sup></b> <b>Dessert: Obst</b> <b>Nuggets Soße kalt<sup>9</sup></b>	<b>Rindergulasch<sup>A,9</sup> mit Erbsen und Makkaroni<sup>12</sup></b> <b>Dessert: SPfirsichquark<sup>6</sup></b>	<b>Quinoa-Erbsenfrikadelle mit Tomatensoße und BIO-Reis*</b> <b>Dessert: Gurkensalat</b>

<b>Laktose/Milchfrei</b>	<b>5 vegane Hackbällchen mit Rahmsoße<sup>A,9</sup></b> <b>Brechbohnen und Kartoffeln</b> <b>Dessert: Erdbeerpüree</b>	<b>Erbsen und Fingermöhren mit Röstkartoffeln</b> <b>Dessert: Obst</b> <b>Dip<sup>10</sup></b>	<b>4 Chiken Nuggets<sup>4,4a,9</sup> mit Mais und Kartoffelpüree<sup>A</sup></b> <b>Dessert: Obst</b> <b>Nuggets Soße kalt<sup>9</sup></b>	<b>Rindergulasch<sup>A,9</sup> mit Erbsen und BIO-Vollkornspiralen<sup>4,4a</sup></b> <b>Dessert: Rote Fruchtgrütze</b>	<b>Quinoa-Erbsenfrikadelle mit Tomatensoße und BIO-Reis*</b> <b>Dessert: Gurkensalat</b>
--------------------------	--	--	--	--	---

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

