



Allergiker Speiseplan

Speiseplan vom 08.12.2025 bis 12.12.2025, 50. Kalenderwoche

Datum Menülinie	Montag 8.12.2025	Dienstag 9.12.2025	Mittwoch 10.12.2025	Donnerstag 11.12.2025	Freitag 12.12.2025
Gluten frei	2 Hähnchenbrustspieße mit Rahmsoße^{A,9} Mais und Kartoffeln Dessert: Schokopudding⁶ 502,7 2111,1 8,7 g 37,6 g 63,5 g 5 BE	5 Gemüseköttbullar¹ Tomatensoße^A Fingermöhren und Makkaroni Dessert: Obst 427,7 kcal 1789,4 kJ 18,6 g 7,8 g 51,7 g 4,2 BE	4 Chicken Fingers⁵ mit Kartoffelpüree^A Ketchup Dessert: Möhrensalat 465,4 1951 kJ 18,9 g 15,5 g 54,3 g 4,6 BE	Rindergulasch^{A,9} mit Brechbohnen und BIO-Reis* Dessert: Bananenquark⁶ 417,1 1744,9 kJ 6,6 g 29,7 g 52,3 g 4,1 BE	4 Fischstäbchen³ (MSC, Seelachs) mit Rahmspinat^A und Kartoffeln Dessert: Obst 437,5 1802,9 kJ 15,8 g 17,9 g 53,6 g 4,4 BE
Laktose/Milch frei	2 Hähnchenbrustspieße mit Rahmsoße^{A,9} Mais und Kartoffeln Dessert: veganer Schokopudding 675,8 2836,8 20 g 41,8 g 77,5 g 6,2 BE	5 Gemüseköttbullar¹ Tomatensoße^A Fingermöhren und BIO-Makkaroni^{4,4a} Dessert: Obst 542,9 kcal 1930 kJ 8,7 g 7,4 g 70,4 g 5,8 BE	4 Chicken Nuggets^{4, 4a, 9} mit Kartoffelpüree^A und Ketchup Dessert: Möhrensalat 541,4 2287,5 kJ 24,2 g 20,1 g 56,9 g 4,9 BE	Rindergulasch^{A,9} mit Brechbohnen und BIO-Reis* Dessert: Apfelpudding 499,5 2087,5 kJ 11,6 g 23,4 g 66,2 g 5,2 BE	4 Fischstäbchen^{3,4,4a} (MSC, Seelachs) mit Rahmspinat^A und Kartoffeln Dessert: Obst 437,5 1802,9 kJ 15,8 g 17,9 g 53,6 g 4,4 BE
Legende der Inhaltsstoffe	Energie (Kilokalorien) Energie (Kilojoule) Fett Eiweiß (Protein) Kohlenhydrate, resorbierbare Broteinheiten	kcal kJ mg mg g 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. El, 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.

