



# Allergiker-Speiseplan

Speiseplan vom 19.01.2026 bis 23.01.2026, 4. Kalenderwoche

Datum	Montag 19.1.2026	Dienstag 20.1.2026	Mittwoch 21.1.2026	Donnerstag 22.1.2026	Freitag 23.1.2026
Menülinie					
Gluten frei	Hähnchenbrust mit Rahmsoße <sup>A,9</sup> Brechbohnen und Kartoffelpüree <sup>A</sup> Dessert: Mangojoghurt <sup>6</sup>	Erbsen und Fingermöhren mit Kartoffeln Rustic und Kräuterquark <sup>6</sup> Dessert: Obst	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus <sup>C</sup> Dessert: Möhrensalat	Rindergulasch <sup>A,9</sup> mit Karotten Scheiben und Spiralnudeln <sup>12</sup> Dessert: Apfelpudding	4 Fischstäbchen <sup>3</sup> (MSC, Seelachs) mit Rahmspinat 125g <sup>A</sup> und Kartoffeln Dessert: Obst

Laktose/Milch frei	Hähnchenbrust mit Rahmsoße <sup>A,9</sup> Brechbohnen und Kartoffelpüree <sup>A</sup> Dessert: Mangopüree	Erbsen und Fingermöhren mit Kartoffeln Rustic und Dip <sup>10,a</sup> Dessert: Obst	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus <sup>C</sup> Dessert: Möhrensalat	Rindergulasch <sup>A,9</sup> mit Karotten Scheiben und Spätzle <sup>1,4,4</sup> Dessert: Apfelpudding	4 Fischstäbchen <sup>3,4,4a</sup> (MSC, Seelachs) mit Rahmspinat 125g <sup>A</sup> und Kartoffeln Dessert: Obst
-----------------------	---	---	--	--	---

## 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 - 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 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.

