

Tel. 4848765 Erzberger Str.18 46145 Oberhausen

Menü-Karte

Montag, 30.09.: Bio Tomatensuppe mit Reis (G,G1)
 Tomatensuppe mit Reis und Rindklöschen (G,G1,Ei)
 Bio Weizenvollkornbrötchen (G,G1,G3,G5,E,Sb,Me,La,Sf,Se,Lp)
 Pudding (M, Me,La)

Dienstag, 01.10.: Rustikale Heimatpfanne (G,G1,M,Me,La,S)
 Couscous Tajine veg., (G,G1)
 Salat (-)

Mittwoch, 02.10.: **Kunterbuntes** (kann versch. Allergene enthalten)
 Überraschungsnachtisch

Donnerstag, 03.10.: **Feiertag! Kein Unterricht! Keine alternative Betreuung**

Freitag, 04.10.: Fortbildung!
 Kein Unterricht!

Keine alternative Betreuung!

- zu jeder Mahlzeit reichen wir Obst und Rohkost -

Montag, 07.10.: Graupensuppe mit Rindfleischklöschen (G,G1,G3,Ei,Ei,S)
Minestrone veg., (G,G1,S)
Bio Weizenvollkornbrötchen (G,G1,G3,G5,E,Sb,Me,La,Sf,Se,Lp)
Fruchtquark (M, Me,La)

Dienstag, 08.10.: Kartoffelklöße (Ei,M,Me,La)
Apfelrothkohl (-)
Putenbraten (G,G1,S)
Veggie Gulasch „New Classic“ (G,G1,Ei,E,Sb,M,Me,La)
Kuchen (...)

Mittwoch, 09.10.: Spaghetti mit Geflügelbolognese (G,G1,Ei,S)
Spiralnudeln mit Linsenbolognese (G,G1)
Salat (...)

Donnerstag, 10.10.: Geflügelbrühwürstchen (-)
Veggie Würstchen (-)
Kartoffelsalat (...)
Fruchtjoghurt (M, Me,La)

Freitag, 11.10.: **Kunterbuntes** der Woche (kann versch. Allergene enthalten)
Quarkbällchen (...)
- zu jeder Mahlzeit reichen wir Obst und Rohkost -

Allergen-Kennzeichnungen:

A=Antioxidationsmittel

G=Gluten, G1=Weizen, G2=Roggen, G3=Gerste, G4=Hafer, G5=Dinkel, G6=Kamut,
K=Krebstiere, Ei=Eier, Fi=Fische, E=Erdnüsse, SB=Soja, M=Milch, Me=Milcheiweiß
La=Laktose, Sf=Schalenfrüchte, Sf1=Mandeln, Sf2=Haselnüsse, Sf3=Walnüsse,
Sf4=Cashewnüsse, Sf5=Pecannüsse, Sf6=Paranüsse, Sf7=Pistazien, Sf8=Macadamia
S=Sellerie, Sn=Senf, Sd=Schwefeldioxid+Sulfite, Lp=Lupinen, W=Weichtiere

()= kann Spuren enthalten von....

F= Farbstoffe

aus nachhaltiger Fischerei