

Tel. 4848765 Erzberger Str.18 46145 Oberhausen

Menü-Karte

Montag, 28.10.: Überraschungssuppen (kann versch. Allergene enthalten)
Bio Weizenvollkornbrötchen (G,G1,G3,G5,E,Sb,Me,La,Sf,Se,Lp)
Fruchtquark (M, Me,La)

Dienstag, 29.10.: Grießbrei (G,G1,M,Me,La)
Milchreis (M,Me,La)
Erdbeer-Fruchtsoße (-)
Vanillesoße (G,G1,M,Me,La)

Mittwoch, 30.10.: Vollkorn-Spiralnudeln (G,G1,M,Me, La)
Milde Gemüse-Curry-Fisch-Pfanne (Fi,M,Me,La,Sn)
Mildes Gemüse-Curry, Bio, veg. (-)
Salat (...)

Donnerstag, 31.10.: **Kunterbuntes** (kann versch. Allergene enthalten)
Fruchtjoghurt (M, Me,La)

Freitag, 01.11.: **Feiertag!!!**
Kein Unterricht!
Keine alternative Betreuung!

- zu jeder Mahlzeit reichen wir Obst und Rohkost -

Montag, 04.11.: Bauerneintopf (S)
Bunter-Spitzkohl-Gemüseintopf (S)
Bio Weizenvollkornbrötchen (G,G1,G3,G5,E,Sb,Me,La,Sf,Se,Lp)
Fruchtquark (M, Me,La)

Dienstag, 05.11.: Putengeschnitztes in Soße (G,G1,M,Me,La,S)
Veggie „Bullar“ (G,G1,Ei,E,Sb,M,Me,La,S)
Naturreis (-)
Fingermöhren „naturell“ (-)
Salat (...)

Mittwoch, 06.11.: Vollkorn-Spiralnudeln (G,G1,M,Me,La)
Lachsfiletstücke „Florentiner Art“ (Fi,M,Me,La)
Veggie-Bällchen „Fresh-Kick“ (G,G1,Ei,E,Sb,M,Me,La)
Brokkoli-Blumenkohl „naturell“ (-)
Milchschnitte (...)

Donnerstag, 07.11.: Kartoffel-Blumenkohlaufauf (G,G1,M,Me,La,S)
Spinat-Kartoffel-Gratin (G,G1,M,Me,La,S)
Fruchtjoghurt (M, Me,La)

Freitag, 08.11.: **Kunterbuntes** der Woche (kann versch. Allergene enthalten)
Müsliriegel (...)
- 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