

Tel. 4848765 Erzberger Str.18 46145 Oberhausen

Menü-Karte

- Montag, 25.11.:** Bunter Spitzkohl Gemüse Eintopf (S)
Minestrone (G, G1, S)
Bio Weizenvollkornbrötchen (G, G1, G3, G5, E, Sb, Me, La, Sf, Se, Lp)
Fruchtquark (M, Me, La)
- Dienstag, 26.11.:** Kartoffel-Gemüse-Gratin (G, G1, M, Me, La, S)
Bio Kartoffel-Gemüseauflauf mit Hähnchen (G, G1, M, Me, La, S)
Salat (.....)
- Mittwoch, 27.11.:** Vollkorn-Spiralnudeln (G, G1, M, Me, La)
Kabeljau in Dillrahmsoße (Fi, M, Me, La)
Veggie-Bällchen „Fresh-Kick“ (G, G1, Ei, E, Sb, M, Me, La)
Blumenkohl „naturell“ (-)
Kuchen (....)
- Donnerstag, 28.11.:** Geflügelbrühwürstchen (-)
Hot Dog Brötchen (G, G1, M, Me, La, Se)
Veggie Würstchen (.....)
Fruchtjoghurt (M, Me, La)
- Freitag, 29.11.:** **Kunterbuntes der Woche** (kann versch. Allergene enthalten)
Bio Topfenknödel (G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, Sf, S)

- zu jeder Mahlzeit reichen wir Obst und Rohkost -

Montag, 02.12.: Gulaschsuppe "Hausmacher Art" (-)
Bio Tomatensuppe mit Reis, veg., (G,G1)
Bio Weizenvollkornbrötchen (G,G1,G3,G5,E,Sb,Me,La,Sf,Se,Lp)
Fruchtquark (M, Me,La)

Dienstag,03.12.: Mienudelpfanne (G,G1,Ei,Sb,M,Me,La,S)
Bami Goreng mit Huhnfleisch (G,G1,Ei,Sb)
Salat (.....)

Mittwoch, 04.12.: Reibekuchen „Hausfrauen Art“ (G,G1,Ei)
Apfelmark (-)
Müsliriegel (...)

Donnerstag, 05.12.: Naturreis (-)
Dorschfilet in Senfsoße (G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn)
Veggie Bullar (G,G1,Ei,E,Sb,M,Me,La,S)
Romanesco „naturell“ (-)
Fruchtjoghurt (M, Me,La)

Freitag, 06.12.: **Kunterbuntes** der Woche (kann versch. Allergene enthalten)
Kekse (...)

- 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