Speiseplan

DE-ÖKO-044

Immer für Obst, Milchprodukte, Kartoffeln, Nudeln, Reis

ABRAXAS DIE KÜCHE

Datum	Menü 1	Menü 2
Montag, 16.11.	Türkische rote Linsensuppe (Bio Gemüse), Bio Vollkorn Brot (1b); Bio Knabbergemüse, Sonnenblumenkerne; Bio Obst	Türkische rote Linsensuppe (Bio Gemüse), Bio Vollkorn Brot (1b); Bio Knabbergemüse, Sonnenblumenkerne; Bio Obst
Dienstag, 17.11.	Mini Fischbällchen (1a,3,5), Tomatenreis (Bio Reis), Zaziki (hausgemacht) (Bio: Joghurt, Quark) (3); gemischter Salat, Essig Öl Dressing, Sonnenblumenkerne	Mac & Cheese (amerikanische Käsemakkaroni) (Bio: Nudeln, Käse) (1a,3); gemischter Salat, Essig Öl Dressing, Sonnenblumenkerne
Mittwoch, 18.11.	Tortilla española (spanisches Kartoffelomelett) mit Ei, Paprika und Käse überbacken (Bio: Kartoffeln, Käse) (2,3), Kräutersoße (Bio Sahne) (3); Knabbergemüse; rote Hummus Creme (hausgemacht) (10)	Tortilla española (spanisches Kartoffelomelett) mit Ei, Paprika und Käse überbacken (Bio: Kartoffeln, Käse) (2,3), Kräutersoße (Bio Sahne) (3); Knabbergemüse; rote Hummus Creme (hausgemacht) (10)
Donnerstag, 19.11.	Ungarische Rindfleisch Pfanne mit Paprika (Bio: Rind, Gemüse), Bio Reis; Bio Knabbergemüse; Kräuter Hummus Creme (hausgemacht) (10), Bio Obst	Bio Spirelli (1a), fruchtiges Ofengemüse (Bio Gemüse), Joghurt Dip (Bio: Joghurt, Quark) (3); Bio Knabbergemüse; Kräuter Hummus Creme (hausgemacht) (10), Bio Obst
Freitag, 20.11.	Bunte Bio Nudeln (1a), Käsesoße (Bio Frischkäse) (3,7); Weißkohl Möhrensalat mit Zitronen Öl Dressing	Bunte Bio Nudeln (1a), Käsesoße (Bio Frischkäse) (3,7); Weißkohl Möhrensalat mit Zitronen Öl Dressing

1 Gluten (1a Weizen/Dinkel, 1b Roggen, 1c Gerste, 1d Hafer) , 2 Ei, 3 Milch (einschließlich Laktose), 4 Soja, 5 Fisch, 6 Erdnüsse, 7 Sellerie, 8 Senf, 9 Krebstiere, 10 Sesam, 11 Nüsse, 12 Schwefeldioxid & Sulfite, 13 Lupine, 14 Weichtiere

Rind *Geflügel* *Fisch*