

Speiseplan • Hort

Montag

Essen 1: Grüne Erbsensuppe mit gerösteten Buchweizenwürfeln
Möhrensalat mit gemahlenden Erdmandeln¹⁷

Essen 2: Wurstgulasch mit Nudeln¹

Dienstag

Essen 1: Putenschnitzel mit Kokospanade, Paprika-Möhrengemüse und Selleriepüree^{3,9}
Grüner Blattsalat mit Tomaten und Gurken, dazu Honig-Senf-Dressing¹⁰

Essen 2: Spinat-Ricotta-Lasagne^{1,7}

Mittwoch

Essen 1: Hausgemachte Rote-Bete-Boulette mit Brokkoli-Spargel und Vollkornreis pasta⁶
Weißkrautsalat¹⁷

Essen 2: Currywurst mit Kartoffelecken^{1,9,10}

Donnerstag

Essen 1: Rote-Linsen-Curry mit Tomaten und Quinoa mit Frühlingszwiebeln⁶
Rote-Bete-Salat^{12,17}

Essen 2: Süß-saure Eier mit Salzkartoffeln^{1,3,7,12}

Freitag

Essen 1: Hausgemachte Seelachshirsebällchen in Dillsauce mit Salzkartoffeln^{4,7}
Gurkensalat mit Hanfsamen¹⁷

Essen 2: Kartoffelpuffer mit Apfelmus (4 Stück)^{1,17}

Essen 1: 3,90 € Essen 2: 4,90 €



ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN. ALLERGENE:

(1) Glutenhaltiges Getreide, z. B. Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Hafer & daraus gewonnene Erzeugnisse, (2) Krebstiere & daraus gewonnene Erzeugnisse, (3) Eier & daraus gewonnene Erzeugnisse, (4) Fische & daraus gewonnene Erzeugnisse, (5) Erdnüsse & daraus gewonnene Erzeugnisse, (6) Sojabohnen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (7) Milch & daraus gewonnene Erzeugnisse, (8) Schalenfrüchte, z. B. Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Pecannüsse & daraus gewonnene Erzeugnisse, (9) Sellerie & daraus gewonnene Erzeugnisse, (10) Senf & daraus gewonnene Erzeugnisse, (11) Sesamsamen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (12) Schwefeldioxid & Sulfit in Konzentrationen von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l als insgesamt vorhandenes Schwefeldioxid, (13) Lupinen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (14) Weichtiere & daraus gewonnene Erzeugnisse, (15) Farbstoffe, (16) Konservierungsmittel, (17) Süßungsmittel & Säuerungsmittel, (18) Zusatzstoffe E, (19) Verdickungsmittel, (20) enthält Alkohol

