



Zwergenküche


Speiseplan*

19.10. – 23.10.2020

- Montag** Rote Bete-Apfel-Salat
Dampfkartoffeln mit Bibiliskäs^L
Honigjoghurt^L  mit Flakes
- Dienstag** Blattsalat
Spaghetti^G mit Rinder-Bolo und Käse
Vegi: Linsenbolo
Äpfel
- Mittwoch** milder Krautsalat
Pizza Mozzarella Margherita^{L, G}
Mangojoghurt^L
- Donnerstag** Endiviensalat
Farfalle^G mit Tomatensoße
KiBa-Shake
- Freitag** gedämpfte Karotten und Erbsen
Couscous^G mit Fischfilet^F  in Zitronensoße^L
Vegi: Couscous^G mit Ratatouille
Zitronenkuchen^{L, G, E}



Wir sind durch den Kontrollverein ökologischer Landbau e.V., DE-ÖKO-022 zertifizierter Bio-Caterer.

 Die Ausnahme diese Woche ist der MSC – zertifizierte Fisch und der Honig im Joghurt..

*Unsere Speisen sind immer ohne Geschmacksverstärker sowie künstliche Zusatzstoffe.

Allergene: **G** Gluten, **L** Lactose, **F** Fisch, **E** Ei, **S** Senf, **So** Soja, **Se** Sellerie, **N** Nüsse