

Speiseplan für den Monat Oktober 2020 (Änderungen vorbehalten)

Woche vom 28.09. bis 02.10.20

Donnerstag: Rinderragout ⁹ mit Kartoffeln / Salat

Freitag: Nudeln ^{1,3} mit Tomatensoße / Dessert

Woche vom 05.10. bis 09.10.20

Montag: Kartoffelsuppe mit Fleischeinlage, Brot / Dessert

Dienstag: Spinat mit Rührei ³ dazu Kartoffeln

Mittwoch: Igelwurst ^{B,C,D,F,7,9} mit Soße und Kartoffelpüree ⁷ Salat

Donnerstag: Grießbrei mit Fruchtsoße / Suppe

Freitag: Geschnetzeltes ⁹ vom Schwein mit Spätzle ^{1,3}

Woche vom 12.10. bis 16.10.20

Montag: Grüne Bohnensuppe ⁹ mit Rindfleisch, Brot /Dessert

Dienstag: Eierragout ³ mit Kartoffeln und Salat

Mittwoch: Milchreis ⁷ mit Fruchtmus / Suppe

Donnerstag: Nudeln ^{1,3} mit Gulasch ⁹ und Salat

Freitag: Frikassee ^{7,9} mit Reis und Salat

Woche vom 19.10. bis 23.10.20

Montag: Gekochtes Ei ³ mit Petersiliensoße dazu Kartoffeln

Dienstag: Nudeln ^{1,3} Bolognese

Mittwoch: Hefeklöße ^{1,7} mit warmem Obst / Suppe

Donnerstag: Kochfisch ⁴ mit Soße dazu Reis und Salat

Freitag: Nudeln ^{1,3} mit Tomatensoße ⁹

Woche vom 26.10. bis 30.10.20

Montag: Sternchennudelsuppe ^{1,3} mit Hühnerfleisch / Dessert

Dienstag: Hähnchen süßsauer ⁹ dazu Reis

Mittwoch: Grießbrei mit Zimt und Zucker / Suppe

Donnerstag: Nuggets mit Gemüse und Püree ⁷

Freitag: Kloß mit Soße ⁹ / Salat

Die Kopfszahlen bedeuten, dass in diesen Speisen Lebensmittel vorkommen, die Allergien auslösen können.

 1 Glutenhaltiges Getreide	 2 Krebstiere	 3 Eier	 4 Fisch	 5 Erdnüsse	 6 Soja
 7 Milch	 8 Schalenfrüchte (Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse usw.)	 9 Sellerie	 10 Senf	 11 Sesam	 12 Schwefeldioxid

Die Buchstaben kennzeichnen die Zusatzstoffe, welche in den Lebensmitteln vorkommen können. Bedeutung der Buchstaben: A=Farbstoff; B=Konservierungsstoff; C=Antioxidationsmittel; D=Geschmacksverstärker; E=geschwefelte Lebensmittel; F=mit Phosphat