

# Speiseplan für den Monat Oktober 2022 (Änderungen vorbehalten)

## Woche vom 03.10. bis 07.10.2022

Montag Feiertag

Dienstag: Kartoffeln mit Kräuterquark <sup>7</sup> / Salat

Mittwoch: Jägerschnitzel <sup>B,C,D,F,7,8,9</sup> mit Tomatensoße und Nudeln <sup>1,3</sup> / Salat

Donnerstag: Milchreis <sup>7</sup> mit Kirschen, Zimt-Zucker

Freitag: Eierragout <sup>1,3</sup> dazu Reis und Salat

## Woche vom 10.10. bis 14.10.2022

Montag: Nudelsuppe <sup>1,3,7,9</sup> mit Hühnerfleisch, Gemüse, Brot / Dessert <sup>7</sup>

Dienstag: Nudeln <sup>1,3</sup> mit Tomatenragout <sup>9</sup> / Obst

Mittwoch: Hackbraten <sup>1,3,10</sup> mit Kräuter-Tomatenkruste dazu Rosenkohl und Kartoffeln

Donnerstag: Grießbrei <sup>7</sup> mit Pfirsichen und Zimt-Zucker

Freitag: Hühnerfrikassee <sup>1,7,9</sup> dazu Kartoffeln / Rote Bete Salat

## Woche vom 17.10. bis 21.10.2022

Montag: Linsensuppe mit Kassler <sup>B,C,D,F,7,9</sup>

Dienstag: Fisch <sup>4</sup> mit Tomatensoße <sup>9</sup> dazu Reis / Salat

Mittwoch: Wurstgulasch <sup>B,C,D,F,7,9</sup> mit Nudeln <sup>1,3</sup> / Dessert <sup>7</sup>

Donnerstag: Puddingsuppe <sup>A,D,1,5,7,8</sup> mit Obst und Zwieback <sup>1</sup>

Freitag: Hackfleischsoße mit Nudeln <sup>1,3</sup> dazu Gurkensalat

## Woche vom 24.10. bis 28.10.2022

Montag: Tomatensuppe mit Nudeln <sup>1,3</sup> und Schinkenwürfel <sup>B,C,D,F,7,9</sup> / Dessert

Dienstag: gebackenes Gemüse, Soße dazu Risi Bisi

Mittwoch: Schnitzel dazu Püree und Salat

Donnerstag: Hefeklöße mit Pflaumen und Vanillesoße

Freitag: Geschnetzeltes mit Gemüse dazu Kartoffeln

## Woche vom 31.10.-04.11.2022

Montag: Feiertag

Die Kopfzahlen 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