

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit-Menü	BACKFISCH MIT KRÄUTERDIP dazu Buttermais und Kartoffel *-Stampf (A,F,M)	CHILI CON CARNE (Rinderhack, Kidneybohnen, Mais, Möhren, Tomaten) mit Sauerrahm und Vollkornreis (M,S)	PASTA MISTA: verschiedene Nudel *-Sorten mit Auswahl an Gemüse und Soßen (A,M,S)	KARTOFFEL *-GRATIN mit Brokkoligemüse und Tomatensoße (M,S)	EIER-FRIKASSE (mit Möhren, Erb sen* und Champignons), dazu parboiled Reis * (E,M)
Veggi-Menü	VEGGI VISCH mit hausgemachter Remoulade, Brokkoliröschen und Basmatireis (A,E,M)	CHILI SIN CARNE (Kidneybohnen, Mais, Möhren, Tomaten) mit Sauerrahm und Fladenbrot (M,D,S)	PASTA MISTA: verschiedene Nudel *-Sorten mit Auswahl an Gemüse und Soßen (A,M,S)	KÜRBISGRATIN mit Petersilien- Kartoffel * (M)	KICHERERBSEN-RAGOUT mit frischer Minze, Pilzen und Süßkartoffel, dazu Vollkornreis (A,L)
Buffet	TAGESGERICHT und weitere, abwechslungsreiche Beilagen am warmen Buffet				
Salat	Vielfältige Auswahl an Salaten, Knabbergemüse und Dressings am Salatbuffet				
Dessert	Frisches Obst der Saison	Naturjoghurt * mit Honig und Walnüssen (M,N)	Frisches Obst der Saison	Frisches Obst der Saison	Hamburger Rote Grütze mit Vanillesoße (M)

***ALRAUNE IST BIO-ZERTIFIZIERT**

Wir verwenden Kartoffeln und Äpfel, parboiled Langkornreis, Bulgur, Couscous, Nudeln (Penne, Spaghetti, Fusilli, Farfalle, Lasagne), Erbsen, Kuhmilch, Naturjoghurt und Speisequark in **Bio-Qualität!**
gluten- und laktosefreie Produkte sind konventionell hergestellt



Allergene: A = Gluten, B = Krebstiere, C = Erdnüsse, D = Soja, E = Ei, F = Fisch,
H = Sesam, K = Senf, M = Laktose/Milcheiweiß, N = Schalenfrüchte,
O = Sulfid/Schwefeldioxid, P = Lupine, S = Sellerie, T = Weichtiere

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxidationsmittel,
4 = mit Geschmacksverstärkern, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst,
8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmitteln, 10 = mit Phenylalanin

