



BAR INTEGRALE

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 9

MONTAG, 25.02.2019

Eisbergsalat und Karotten mit Joghurt-Dressing [G]

Lasagne mit Auberginen, Zucchini und Tomaten [A,G]

Cassisfruchtcreme [G]

DIENSTAG, 26.02.2019

Wildkräutersalat mit Granatapfel

Upama mit Cashewnüssen und Dal-Gemüse [A,H]

Bratapfel mit Vanillesauce [C,G]

MITTWOCH, 27.02.2019

Salat von Gurken, Fenchel und Kidneybohnen

Mit Hackfleisch gefüllte Wirsing-Rouladen, dazu Kräuterreis [C]

Marinierte Früchte mit Kardamomsahne [G]

DONNERSTAG, 28.02.2019

Frittata mit Champignons und Lauch [C,G]

Hokkaido-Kokos-Suppe mit Blumenkohl

Rhabarber Crumble [A,C,G]

FREITAG, 01.03.2019

Samousa mit Gemüse und Chutney [A]

Pot au feu von Meeresfischen mit Oliven-Crostino [A,D]

Pochierte Birne mit Schokoladensauce [G]





LISTE DER ALLERGENE

A - Glutenhaltiges Getreide

Weizen, Roggen, Gerste, Dinkel, Grünkern, Einkorn, Hafer, Kamut

B - Krebstiere

Krebse, Garnelen, Hummer, Shrimps, Langusten; Erzeugnisse aus Krebstieren

C - Ei

Eier von Geflügel und Erzeugnisse daraus

D - Fisch

Fische (alle Arten) und Fischerzeugnisse

E - Erdnuss

Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse

F - Soja

Sojabohnen/-sprossen und daraus gewonnene Erzeugnisse

G - Milch oder Laktose

Milch von Säugetieren und daraus gewonnene Erzeugnisse

H - Schalenfrüchte

Schalenfrüchte wie z. B. Mandeln, Haselnüsse etc. und daraus gewonnene Erzeugnisse

L- Sellerie

Alle Selleriearten und daraus gewonnene Erzeugnisse

M - Senf

Senf, Senfkörner, Senfpulver, Senföl, Senfsprossen

N - Sesam

Sesamsamen, Sesammehl, Sesampaste, Sesamöl, Sesamsalz

P - Lupinen

Lupinenmehl, Lupinenprotein, Lupinenkonzentrat

O - Sulfite

Schwefeldioxid und Sulfite, z. B. Wein, Trockenobst, Tomatenmark

R - Weichtiere

Alle Muschelarten, Austern, Schnecken, Oktopus, Tintenfisch, Calamares

