



BAR INTEGRALE

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 10

MONTAG, 04.03.2019

Blattsalat mit Pomelo, Soja und Körnern [F,N]

Spaghetti mit Thymianbutter, Kichererbsen und Kirschtomaten [A,G]

Joghurt mit Himbeeren [G]

DIENSTAG, 05.03.2019

Gratinierter Fenchel mit Feta und Thymianöl [G]

Kartoffelpüree mit gebackenem Rosenkohl, Karotten und Schnittlauch [G]

Haselnusskuchen mit Rumsahne [G,H]

MITTWOCH, 06.03.2019

Weißkohlsalat mit roten Zwiebeln und Petersilie

Polentaschnitte mit Blattspinat, dazu Entenragout

Obstsalat

DONNERSTAG, 07.03.2019

Frittata mit Kürbis und Lauch [C,G]

Cremesuppe vom Knollensellerie mit Parmesancroûtons [A,G]

Scones mit Mascarpone und Erdbeermarmelade [A,G]

FREITAG, 08.03.2019

Feldsalate mit Birne und Walnüssen [H]

Rochenflügel mit Zitronenkapern und Mangold [D]

Buttermilchpfannkuchen mit Ahornsirup [A,C,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

