



BAR INTEGRALE

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 11

Wir fasten, ihr auch?

In der Fastenzeit vom 11.03. bis 18.04.2019 verzichtet die Bar Integrale auf den Zusatz von Zucker in den Nachspeisen.

MONTAG, 11.03.2019

Blattsalate mit Austernpilzen und Balsamico-Zwiebeln

Fusilli alla Napolitana mit Ricotta und Oregano [A,G]

Kokos-Panna-Cotta mit Mango

DIENSTAG, 12.03.2019

Marinierte rote Beete mit Sesam [N]

Geschmorter Chicoree mit Tomaten und Mandel-Couscous [A]

Kardamomkirschen mit Joghurt [G]

MITTWOCH, 13.03.2019

Kreolische Linsenbällchen

Brasato vom Rind mit Wuzelgemüse und Kartoffeln

Obstsalat

DONNERSTAG, 14.03.2019

Gratinierter Muskatkürbis mit Parmesan [G]

Gemüsesuppe mit Reis

Kaiserschmarren mit Rosinen und Mandeln [A,C,G]

FREITAG, 15.03.2019

Artischocken mit Blattsalaten

Saibling auf Dill-Senf-Gurken [D]

Buchteln mit Blaubeerkompott [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

