



BAR INTEGRALE

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 14

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, 01.04.2019

Blattsalate mit Feigen und Cashewkernen [H]

Orecchiette mit Chili, Tomaten und Gemüse [A]

Himbeeren mit Joghurt [G]

DIENSTAG, 02.04.2019

Spitzkohlsalat mit Kirschtomaten, Senf und roten Zwiebeln [M]

Grünes Thai Curry mit Gemüse und Jasminreis

Käsekuchen [A,C,G]

MITTWOCH, 03.04.2019

Lauch-Tortilla mit Thymian [C]

Kartoffel-Gnocchi mit Waldpilzen und Bärlauch [A,C], dazu Kalbsbraten

Marinierte Früchte

DONNERSTAG, 04.04.2019

Auberginencreme mit Brot [A,G]

Cremesuppe von Frühkarotten und Steckrüben [G]

Apfelstrudel [A]

FREITAG, 05.04.2019

Rucola mit Büffel-Mozzarella und Kürbiskernöl [G]

Zander im Brickteig auf Blattspinat und Estragonsauce [A]

Bayerisch Creme [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

