

MENÜPLAN KALENDERWOCHE 30

MONTAG, 22.07.2019

Blattsalate mit Melone, Mozzarella und Kürbiskernöl [G]

Orecchiette alla Pugliese [A]

Joghurt-Kokos-Creme [G]

DIENSTAG, 23.07.2019

Karottensalat mit Apfel und Sonnenblumenkernen

Couscous mit Auberginen-Zucchini-Ragout und gebackenem Feta [A,G]

Gebackene Aprikosen mit Streuseln [A,G]

MITTWOCH, 24.07.2019

Spitzkohlsalat mit Chili und Mango

Neue Kartoffeln mit Quark [G] und Flanksteak

Obstsalat

DONNERSTAG, 25.07.2019

Salat von Tomaten und Gurken mit Quinoa [A]

Gazpacho - Kalte andalusische Gemüsesuppe

Pastel de Nata [A,C,G]

FREITAG, 26.07.2019

Avocadocreme mit Brot [A,G]

Reispfanne mit Meeresfischen und Safran [D]

Tarte von Zartbitterschokolade mit Mango [A,C]





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

