



BAR

*Integrale*



## MENÜPLAN KALENDERWOCHE 43

### MONTAG, 21.10.2019

Blattsalate mit Gurken, Meeresalgen und Sesam [N]

Campanelle alla Norma mit Aubergine [A]

Joghurt mit Sauerkirschen [G]

### DIENSTAG, 22.10.2019

Fenchelsalat mit Orangen und Pistazien [H]

Gerösteter Spitzkohl mit Sellerie und Za'atar [N]

Brownies mit Walnuss [A,C,G,H]

### MITTWOCH, 23.10.2019

Römersalat mit Tomatensalsa und Walnüssen [H]

Kartoffelgratin mit Ratatouille [G]; dazu Zitronen-Hähnchen

Obstsalat

### DONNERSTAG, 24.10.2019

Kreolische Linsenbällchen

Cremesuppe von Blumenkohl mit Thymian-Croutons [A,G]

Matcha Panna Cotta [G]

### FREITAG, 25.10.2019

Rapunzel mit Schwarzkümmelsamen

Kabeljau in Pergamentpapier mit Gemüse [D]

Buttermilchpfannkuchen mit Blaubeeren [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

