

Mo

Di

Mi

Do

Fr

Essen

1



Spagetti
Pesto aus Broccoli
Parmesan-Käse

a,a.1,h,h.1



Frühlings-Rolle
Salat

1,3,5,a,a.1,f,o



Gebratenes Gemüse
Feta-Käse

g



Curry
Reis

c,g



Auflauf aus Gemüse und
Hörnchen-Nudeln
Feta-Käse
Tomaten-Soße

Essen

2



Gulasch aus Schweine-Fleisch
Kartoffeln
Spitz-Kohl



Hack-Braten
Petersilien-Püree
Pilz-Soße



c,g



Schweine-Steak
Zwiebeln
Pilze
Kartoffeln



a,a.1



Schnitzel
Misch-Gemüse
Kartoffeln



1,a,a.1,c,f



Soljanka
Creme Fraiche



g,m

Essen

3



Brat-Wurst aus Geflügel-Wurst
Letscho-Gemüse
Kartoffel-Brei



g



Rigatoni-Nudeln
Geschmortes Gemüse
Hähnchen-Fleisch



2,a.1,g



Eintopf aus Bohnen und
Rind-Fleisch
Band-Nudeln



a,a.1



Bulette aus Rind-Fleisch
Salat aus Blumen-Kohl
Griechischer Joghurt



c,g



4 Fisch-Stäbchen
Spinat
Kartoffeln



g

Zusatzstoffe 1 - Farbstoff, 2 - Konservierungsstoff, 3 - Antioxidationsmittel, 4 - Geschmacksverstärker, 5 - geschwefelt, 6 - geschwärzt, 7 - Phosphat, 8 - Milcheiweiß, 9 - koffeinhaltig, 10 - Chininhaltig, 11 - Süßungsmittel, 12 - enthält eine Phenylalaninquelle, 13 - gewachst, 14 - Taurin, 15 - Nitritpökelsalz, 16 - Zuckerart und Süßungsmittel, 17 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 18 - Nitrat, 19 - gentechnisch veränderter Rohstoff **Allergene** a - Glutenhaltiges Getreide, a.1) Weizen und -erzeugnisse a.2) Roggen und -erzeugnisse a.3) Gerste und -erzeugnisse a.4) Hafer und -erzeugnisse b - Krebstiere, c - Eier, d - Fisch, e - Erdnüsse, f - Sojabohnen, g - Milch, h - Schalenfrüchte, l - Sellerie, m - Senf, n - Sesamsamen, o - Schwefeldioxid, p - Lupine, r - Weichtiere