



SPEISEPLAN

vom 19.01. bis 23.01.

Wir kochen gerne für Sie.

- Täglich wechselndes Mittagsmenü
- inklusive Nachspeise



ausgewogen und vielfältig

Montag

Nudeln (Aa)
Käse-Spinat-Soße (G)
Salat
Balsamico Dressing
Obst

Dienstag

Blumenkohlkäse-Medaillon (Aa,G)
Kräuter-Rahmsoße (G)
Salzkartoffel
Joghurt (G)

Mittwoch

Bockwurst (1,3,4)
Ketchup + Mayonnaise (C,J)
Kartoffelbeilage
Cole Slaw Salat (1,5,C,F,J)
Nusskuchen (Aa,C,G,Hb)

Donnerstag

"Heinsberger Bami" (5,Aa,I)
Apfelmus (3)
Grießpudding (Aa,G)
mit roter Grütze

Freitag

Erbsensuppe (I)
Brötchen (Aa)
Dessert (Aa,C,E,G)



Regionale Küche

- Kartoffeln vom Niederrhein
- Bunter Salat



... und auf Wunsch

Individuelle Sonderkost:

- Diäten
- laktose- oder glutenfrei
- schweinefleischfrei oder vegetarisch

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

- | | |
|------------------------------|-------------------------------------|
| 1 = mit Konservierungsstoff | 6 = enthält eine Phenylalaninquelle |
| 2 = mit Farbstoff | 7 = geschwefelt |
| 3 = mit Antioxidationsmittel | 8 = gewachst |
| 4 = mit Phosphat | 9 = koffeinhaltig |
| 5 = mit Süßungsmittel | |

Kennzeichnungspflichtige Allergene:

- | | | |
|----------------|------------------------------|----------------------|
| Aa = Weizen | F = Soja | Hg = Pistazien |
| Ab = Roggen | G = Milch (einschl. Laktose) | Hh = Macadaniannüsse |
| Ac = Gerste | Ha = Mandeln | I = Sellerie |
| Ad = Hafer | Hb = Haselnüsse | J = Senf |
| B = Krebstiere | Hc = Walnüsse | K = Sesam |
| C = Eier | Hd = Cashewnüsse | L = Schwefeloxid |
| D = Fisch | He = Pekannüsse | M = Lupinen |
| E = Erdnüsse | Hf = Paranüsse | N = Weichtiere |



www.lebenshilfe-heinsberg.de