

# SPEISEPLAN

vom 26.01. bis 30.01.

## Montag

Chili con Carne (I)  
Reis  
Möhrensalat  
Obst

## Dienstag

Panierter Fisch (Aa)  
Rahmspinat (2,G)  
Salzkartoffel mit Margarine (2)  
Quarkspeise (G)

## Mittwoch

Bohneneintopf mit Speck (1,2,3,J)  
Mettwurst (1,3)  
Senf  
Bienenstich (Aa,C,G,Ha)

## Donnerstag

Käsespätzle (Aa,C,G)  
mit Röstzwiebeln (Aa)  
Balkansalat (3)  
Pudding (G)

## Freitag

Weißer Bohnensuppe (I)  
Brötchen (Aa)  
Dessert (Aa,C,E,G)

Wir kochen gerne für Sie.

- Täglich wechselndes Mittagsmenü
- inklusive Nachspeise



*ausgewogen und vielfältig*

- Saisonale Gerichte



*Regionale Küche*

- Kartoffeln vom Niederrhein
- Bunter Salat



*... und auf Wunsch*

Individuelle Sonderkost:

- Diätessen
- 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 = Macadonianüsse |
| Ac = Gerste    | Ha = Mandeln                 | I = Sellerie        |
| Ad = Hafer     | Hb = Haselnüsse              | J = Senf            |
| B = Krebstiere | Hc = Walnüsse                | K = Sesam           |
| C = Eier       | Hd = Cashewnüsse             | L = Schwefeldioxid  |
| D = Fisch      | He = Pekannüsse              | M = Lupinen         |
| E = Erdnüsse   | Hf = Paranüsse               | N = Weichtiere      |



[www.lebenshilfe-heinsberg.de](http://www.lebenshilfe-heinsberg.de)