

SPEISEPLAN

vom 16.03. bis 20.03.

Montag

Gemüseschnitzel (Aa,Ad)
Kräuter-Rahm-Soße (2,G)
Salzkartoffel
Obst

Dienstag

Rindergulasch
Nudeln (Aa)
Apfelmus (3)
Joghurt (G)

Mittwoch

Paniertes Rotbarschfilet (Aa)
Rahmspinat (2,G)
Salzkartoffel
Bienenstich (Aa,C,G,Ha)

Donnerstag

Texas Hacksteak (Aa,C)
Zaziki (G)
Djuvec Reis (I)
Krautsalat (3)
Pudding (G)

Freitag

Gemüsesuppe mit Reis (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