



Sonderkostspeiseplan Januar 2026 Allergie-Grundkost

	Woche 01.01. - 02.01.	Woche 05.01. - 09.01.	Woche 12.01. - 16.01.	Woche 19.01. - 23.01.	Woche 26.01. - 30.01.
MONTAG		Ei (c) Kräutersauce (a,a1,g) Salzkartoffeln Rotkohlrohkost Saisonales Obst	Spinat-Frischkäse-Sauce (1,a,a1,g) Gabelspaghetti (a,a1)	Rührei (c,g) Petersiliensauce (a,a1,g) Kartoffelstampf (g) Gurkensalat Saisonales Obst	Gemüsebolognese (mit Karotten und Porree) Vollkornnuudeln (a,a1)
DIENSTAG		Geflügel-Jagdwurst paniert (2,a,a1) Tomatensoße (a,a1) Gabelspaghetti (a,a1) Weißkohl-Gurken-Salat Saisonales Obst	Kartoffelbratling (mit Karotten u. Mais), Dillsauce (a,a1,g) Langkornreis Möhrenrohkost Himbeerquarkspeise (g)	Rindfleischfrikadelle (a,a1,c) Spitzkohlgemüse (a,a1,g) Salzkartoffeln Saisonales Obst	Kartoffelbratling (mit Karotten und Mais) Möhrengemüse (a,a1,g) Salzkartoffeln Erdbeerquarkspeise (g)
MITTWOCH		Kichererbsen-Curry (mit Tomaten, Karotten u. Kokosmilch) Langkornreis Magermilchjoghurt mit Apfel, Pfirsich und Maracuja (1,3,g)	Grießbrei (a,a1,g) Beerengragout (mit Erd-, Johannis- u. Himbeeren) Kohlrabistückchen	Linsen-Tomaten-Gemüse Vollkornnuudeln (a,a1) Weißkohlrohkost Magermilchjoghurt mit Vanille (g)	Hefeklöße (a,a1,c) Erdbeersauce Möhrenstückchen
DONNERSTAG	Frohes neues Jahr	Gemüseragout (mit Kohlrabi, Erbsen u. Karotten) (a,a1,g) Salzkartoffeln Gelbe Bohnensalat Magermilchjoghurt mit Kirschen (g)	Hähnchenbrust gebraten Bohnengemüse (a,a1,g) Salzkartoffeln Vanillepudding (g)	Quinoa-Erbsen-Frikadelle Pastinaken-Möhren gemüse (a,a1,g) Langkornreis Birnenquarkspeise (g)	Rindfleischragout (mit Möhren und Zwiebeln), Salzkartoffeln Gurkensalat Magermilchjoghurt mit Kirschen u. Banane (g)
FREITAG	geschlossen	Pürierte Tomatensuppe (mit Reis u. Karotten) Weizenvollkornbrot (a,a1,a3)	Brokkolicremesuppe (1) (mit Kartoffeln u. Karotten) Rogenvollkornbrot (a,a1,a2,a3)	Kürbiscremesuppe (1) (mit Kartoffeln, Karotten u. Zwiebeln) Weizenvollkornbrot (a,a1,a3)	Rotes Linsensüppchen (mit Kartoffeln und Karotten) Weizenvollkornbrot (a,a1,a3)
		Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst

Kenntlichmachung gemäß der Zusatzstoff-Zulassungsverordnung

1=mit Farbstoff 2=mit Konservierungsstoff 3=mit Antioxidationsmittel 4=mit Geschmacksverstärker 5=mit Süßungsmittel 6=Phenylalanin 7=mit Phosphat 8=gewachst 9=geschwärzt 10=geschwefelt

Deklarationspflichtige Allergene:

Enthält: a=Glutenhaltiges Getreide (a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, a6=Kamut, a7=Hybridstämme), b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch und Milchprodukte (einschl. Laktose), h=Schalenfrüchte (h1=Mandel, h2=Haselnuss, h3=Walnuss, h4=Cashew, h5=Pecannuss, h6=Paranuss, h7=Pistazie, h8=Macadamiennuss und Queenstandnuss), i=Sellerie, k=Sesamsamen, l=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr 10 mg/Kg oder 10 mg/l, m=Lupinen, n=Weichtiere, o=Senf

gelb hinterlegte Gerichte sind vegetarisch

Änderungen vorbehalten