



Sonderkostspeiseplan Oktober 2025

vegetarisch (ovo-lakto-vegetabil)

	Woche 01.10. - 03.10.	Woche 06.10. - 10.10.	Woche 13.10. - 17.10.	Woche 20.10. - 24.10.	Woche 27.10. - 31.10.
MONTAG		Gemüsebolognese (mit Karotten, Porree u. Sellerie) (a,a1,i) Vollkornnudeln (a,a1) Saisonales Obst	Eierragout (a,a1,c,g,o) (mit Erbsen u. Möhren) Salzkartoffeln Rotkohlrohkost Saisonales Obst	Gemüseburger (mit Kartoffeln, Karotten, Brokkoli) paniert (a,a1,c,g) Tomatensauce (a,a1), Vollkornnudeln (a,a1), Weißkohl-Mais-Salat Saisonales Obst	Blumenkohlbratling paniert (a,a1,c,g) Rahmsauce (a,a1,g) Salzkartoffeln Möhrenrohkost Saisonales Obst
DIENSTAG		Kartoffelbratling (mit Karotten u. Mais) Möhrengemüse (a,a1,g) Salzkartoffeln Erdbeerquarkspeise (g)	Quinoa-Erbsen-Frikadelle Kräutersauce (a,a1,g) Salzkartoffeln Rote Bete Saisonales Obst	Ei (c) süß-saure-Sauce (a,a1,g) Salzkartoffeln Chinakohl-Mandarinen-Salat Vanillequarkspeise (g)	Tomatensauce (a,a1) Gabelspaghetti (a,a1) Weißkohl-Gurken-Salat Zitronenquarkspeise (g)
MITTWOCH	Linsen-Tomaten-Gemüse Vollkornnudeln (a,a1) Weißkohlrohkost Magermilchjoghurt mit Vanille (g)	Hefeklöße (a,a1,c) Erdbeersauce Möhrenstückchen	Tomatensauce (a,a1) Gabelspaghetti (a,a1) Möhrenrohkost Mangoquarkspeise (g)	Milchreis (g) Erdbeersauce Gurkenstückchen	Rührei (c,g) Spinat (a,a1,g) Kartoffelstampf (g) Saisonales Obst
DONNERSTAG	Quinoa-Erbsen-Frikadelle Pastinaken-Möhrengemüse (a,a1,g) Langkornreis Birnenquarkspeise (g)	Karotten-Sesamstick (a,a1,k) Gemüsesauce (mit Paprika u. Mais) (a,a1,g) Salzkartoffeln, Gurkensalat Magermilchjoghurt mit Kirschen und Banane (g)	Kürbis-Chiasamen-Burger Spinat (a,a1,g) Salzkartoffeln Magermilchjoghurt mit Blaubeeren (g)	Kartoffelbratling (mit Karotten u. Mais) Erbsengemüse (a,a1,g) Salzkartoffeln Schokopudding (g)	Gemüse (mit Karotten, Süßkartoffeln u. Zucchini) in Tomaten-Kokos-Sauce Langkornreis Rotkohlrohkost Magermilchjoghurt mit Schokoraspeln (g)
FREITAG	Feiertag	Rotes Linsensüppchen (mit Kartoffeln, Karotten u. Sellerie) (i) Weizenvollkornbrot (a,a1,a3) Saisonales Obst	Grüner Erbseneintopf (mit Kartoffeln, Sellerie u. Möhren) (i) Weizenvollkornbrot (a,a1,a3) Saisonales Obst	Brühdudeln (mit Karotten, Porree u. Bohnen) (a,a1,i) Mischbrot (a,a1,a2) Saisonales Obst	Feiertag

Gelb hinterlegte Gerichte sind vegetarisch

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=Macadamiannuss und Queenslandnuss), 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

Änderungen vorbehalten