



Speisenplan*

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

AQA des ASB mbH

03.02.-07.02.2024

Woche 5

Montag	Frikadelle _{A,C,G} , Bechamel-Kartoffeln _{A,G} und Rotkohl Dessert: Joghurt
Dienstag	Gemüse-Nudel-Auflauf _{A,G} mit Rohkostsalat _J Dessert: Obst
Mittwoch	Veggie-Geschnetzeltes _F in Sauce _{A,C} , mit Reis und Mischgemüse _G Dessert: Pudding _G
Donnerstag	Kartoffelsuppe _{I,A} mit Vollkornbrot _A Dessert: Griesbrei
Freitag	Backfisch _{A,C,G} , Sauce, Nudeln _A und Salat Dessert: Obst

1 = Farbstoff, 2 = geschwärzt, 3 = Konservierungsstoffe, 4 = Schwefeldioxid, Sulfid, 5 = mit Phosphat, 6 = mit Antioxidationsmittel, 7 = mit Geschmacksverstärker, 8 = gewachst, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = mit Zuckerarten, 11 = enthält Phenylalaninquelle, 12 = Stabilisator, 13 = chininhaltig, 14 = koffeinhaltig, A = Glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Eier, D = Fisch, E = Erdnüsse, F = Soja, G = Milch, H = Schalenfrüchte, I = Sellerie, J = Senf, >K = Sesamsamen, L = Lupine, M = Weichtiere

* Dieser Speisenplan wurde nach den Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. erstellt