



Speisenplan*

Wir helfen
hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

AQA des ASB mbH

10.11. -14.11.2025

Woche 1

Montag	Käse-Tortellini _{A,G} mit Tomatensoße _A und Rohkostsalat Dessert: Obst
Dienstag	Fisch mit Kräutersauce _{A,G} , Kartoffeln und Karottengemüse _G Dessert: Joghurt _G
Mittwoch	Ködelinos mit Champignonsauce _{A,G} und Salat _J Dessert: Obst
Donnerstag	Chicken Nuggets _{A,G} , Reis und Erbsen in Sauce _{A,G} Dessert: Pudding _G
Freitag	Wurstcheneintopf _{3,5,6,A,G} und Vollkornbaguette _{A,A1} Dessert: Grießbrei _{A,G}

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 WEIZEN, A1 Roggen, 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 in Anlehnung an die Empfehlungen der deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. erstellt