

Mittagessen vom 23.04.2018 bis 27.04.2018 **BIO KONTOR 7®**
Nachhaltiger Genuss aus aller Welt

	Menü	Menü - Vegetarisch	Menü - Allergen**
Montag 23.04.2018	Spitzkohlsalat *** Rinder-Karottengulasch und Salzkartoffeln <i>kcal: 511,1 / F: 20,7 / E: 27,7 / KH: 55,5</i>	Spitzkohlsalat *** Vollkorngnocchi [G,WZ,KA] Gemüse-Tomatensoße <i>kcal: 520,8 / F: 16,1 / E: 13,5 / KH: 77,6</i>	Spitzkohlsalat *** Rinder-Karottengulasch Salzkartoffeln <i>kcal: 510,7 / F: 20,7 / E: 27,7 / KH: 55,4</i>
Dienstag 24.04.2018	Linseneintopf und Semmeln [G,WZ,GE] *** Ananas- Birnenkompott mit Zimt <i>kcal: 1074,0 / F: 3,7 / E: 19,6 / KH: 93,1</i>	Linseneintopf und Semmeln [G,WZ,GE] *** Ananas- Birnenkompott mit Zimt <i>kcal: 1074,0 / F: 3,7 / E: 19,6 / KH: 93,1</i>	Linseneintopf *** Ananas- Birnenkompott mit Zimt <i>kcal: 311,0 / F: 2,8 / E: 14,0 / KH: 57,2</i>
Mittwoch 25.04.2018	Spinatknödel [G,WZ,E] mit einem Gemüseragout mit Tomaten und Paprika (44) [G,WZ,M] *** Schokoladenpudding [M] <i>kcal: 552,7 / F: 16,6 / E: 18,9 / KH: 79,2</i>	Spinatknödel [G,WZ,E] mit einem Gemüseragout mit Tomaten und Paprika (44) [G,WZ,M] *** Schokoladenpudding [M] <i>kcal: 552,7 / F: 16,6 / E: 18,9 / KH: 79,2</i>	Basmati Reis und Gemüseragout mit Tomaten *** Schokoladenpudding <i>kcal: 297,6 / F: 5,7 / E: 4,0 / KH: 55,9</i>
Donnerstag 26.04.2018	Blattsalate der Saison mit Joghurtdressing [M] *** Nudeln [G,WZ] mit Champignonrahmsauce (44) [M] <i>kcal: 543,1 / F: 36,2 / E: 13,1 / KH: 41,4</i>	Blattsalate der Saison mit Joghurtdressing [M] *** Nudeln [G,WZ] mit Champignonrahmsauce (44) [M] <i>kcal: 543,1 / F: 36,2 / E: 13,1 / KH: 41,4</i>	Blattsalate der Saison mit Balsamicodressing [SE] *** Nudeln aus Mais mit Champignonrahmsauce <i>kcal: 337,0 / F: 17,0 / E: 8,4 / KH: 36,5</i>
Freitag 27.04.2018	*** Gebackenes Fischfilet [G,WZ,E,F,S,SL] dazu Senf-Sahne Sauce (44) [G,WZ,M,SE] mit Langkornreis *** Frisches Bio-Obst <i>kcal: 633,4 / F: 11,2 / E: 24,6 / KH: 105,6</i>	Energietaler (32) [G,H,D,S,SM,BW] dazu Senf-Sahne Sauce (44) [G,WZ,M,SE] mit Langkornreis *** Frisches Bio-Obst <i>kcal: 730,0 / F: 10,3 / E: 57,8 / KH: 98,1</i>	Seelachs natur [F] mit Petersiliensoße dazu Reis *** Frisches Bio-Obst <i>kcal: 584,6 / F: 9,6 / E: 30,9 / KH: 91,4</i>

G = Glutenhaltiges Getreide; WZ = Weizen; GE = Gerste; H = Hafer; D = Dinkel; KA = Kamut; E = Eier und -erzeugnisse; F = Fisch und -erzeugnisse; S = Soja und -erzeugnisse; M = Milch und -erzeugnisse; SL = Sellerie und -erzeugnisse; SE = Senf und -erzeugnisse; SM = Sesamsamen und -erzeugnisse; BW = Buchweizen

32 = mit Festigungsmitteln; 44 = mit Verdickungsmitteln

** Im Menü - Allergen werden weder Gluten-, Milch- noch Eihaltige Rohstoffe verarbeitet!