

KW 03 Speiseplan GS/OBS Ofenerdiek

FRISCHE PAUSE e.V.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				
Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet	Salatbuffet
•••	•••	•••	•••	•••
Rote Linsensuppe mit Baguette - a, i -	Chili con Carne mit Reis (Rinderhackfleisch)	Spirelli mit Kürbissauce und Parmesan - a, g -	Fisch-Curry (Seelach und Wildlachs) mit grünen Bohnen, Paprika und Basmatireis - a, d, f, i, -	Tomaten-Risotto mit getrockneten Tomaten und Thymian - g -
•••	•••	•••	•••	•••
Käse-Lauchsuppe mit Baguette - a, g -	Spätzle mit Erbsen und Möhren Zwiebel- Bratensauce - a -	Spinat-Gnocchi- Pfanne mit Pastinake und Ricotta - a, g -	Pellkartoffeln mit Knoblauch- Schmand und Gurkensalat - g -	Ofengemüse aus Paprika, Aubergine, Champignons und Zucchini mit Pesto - g, h -
•••	•••	•••	•••	•••
Kirsch-Joghurt - g -	Clementinen	Löffel-Kiwi	Zitronenkuchen - g -	Obstkorb
•••	•••	•••	•••	•••
Obst	Obst	Obst	Obst	Obst

Wir verarbeiten saisonales Obst und Gemüse aus regionalem Bio-Anbau vom Naturkostkontor Bremen. Durch Witterungseinflüsse kann es zu kurzfristigen Speiseplanänderungen kommen. Wir bitten dafür um Ihr Verständnis. Wir verwenden bis auf wenige Ausnahmen keine kennzeichnungspflichtigen Zusatzstoffe. Eine Liste hierzu sowie zu den Allergenen finden Sie als Aushang im Seitenbereich.