

Speiseplan für die KW 7

Montag 10.02.2020	Nudeln ²⁴ mit Schinken – Käsesoße ⁷ Obst	Reisnudeln ²⁴ mit Gemüse Obst
Dienstag 11.02.2020	Kartoffel – Zucchini-auflauf Kirschquark ⁷	Gyros mit Fladenbrot dazu Tzatsiki ⁷ Kirschquark ⁷
Mittwoch 12.02.2020	Gnocchi ^{24,3} mit Tomatensoße Griechischer Bauernsalat ⁷	Griechisches Grillhähnchen mit Reis ⁷ Griechischer Bauernsalat ⁷
Donnerstag 13.02.2020	Kräuterlachs ⁴ mit Gemüse aus dem Ofen dazu Reis ⁷ Karottensalat	Spiegeleier ³ mit Kartoffeln, Tomaten und Feta ⁷ Karottensalat
Freitag 14.02.2020	Linsen – Bulgur Eintopf Rohkost	Nudelaufbau ^{24,7,3} Rohkost



Wir wünschen guten
Appetit

Ihr Naturkost Strohmaier
Team



Hinweis: Wir verwenden bei Fleisch oder Wurst
Gerichten ausschließlich

Bio-Rindfleisch oder Bio-Geflügelfleisch / Wurst

1 Erdnuss 2 Krebstiere 3 Eier 4 Fisch Wildfang 6 Soja 7 Milch/Produkte 8 Schalenfrüchte 9 Sellerie 10 Senf 11 Sesamsamen 12 Lupine 13 Weichtiere 14 Schwefeldioxid Zusatzstoffe: 15 Farbstoff, 16 Konservierungsstoff, 17 Antioxidantien, 18 Geschmacksverstärker, 19 geschwefelt, 20 gewachst, 21 Phosphat, 22 Süßungsmittel, 23 Säuerungsmittel Gluten haltiges Getreide: (24 Weizen, 25 Roggen, 25 Gerste, 25 Hafer, 26 Dinkel, 27 Kamut oder Hybridstämme davon) Schalenfrüchte (28 Mandel, 29 Haselnuss, 30 Walnuss, 31 Cashew, 32 Pecannuss, 33 Paranuss, 34 Pistazie, 35 Macadamianuss und 36 Queenslandnuss)

Änderungen vorbehalten

DE- Öko - 006