

# Speiseplan 4

## Montag

Erbseintopf mit verschiedenen Wurzelgemüsen, dazu hausgemachter Obstjoghurt mit Honig und Vollkornbrot (5,9 Weizen) ✓

## Dienstag

Spiralnudeln mit Brokkolirahmsoße, dazu frisches Obst (5,9,Weizen) ✓

## Mittwoch

Butterkartoffeln mit Rahmsoße von frischen Champignons dazu Gurkensalat (12,4) ✓

## Donnerstag

Eierpfannkuchen mit Zimt und Zucker, Gemüsesticks und Apfelmus (1,4,9 Weizen) ✓

## Freitag

Käse Makkaroni mit frischem Salat und Mais (4,9 Weizen,12) ✓

- |               |                           |
|---------------|---------------------------|
| 1) Eier       | 8) Erdnüsse               |
| 2) Fisch      | 9) Glutenhaltige Getreide |
| 3) Krebstiere | 10) Lupine                |
| 4) Milch      | 11) Schalenfrüchte        |
| 5) Sellerie   | 12) Senf                  |
| 6) Sesamsamen | 13) Sojabohnen            |
| 7) Sulphite   | 14) Weichtiere            |