

Speiseplan der Krümelbande.Staufen von 4.Dezember bis 8.Dezember

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Frühstück	Vollkornbrot mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse und Rohkost (A _w ,G)	Bio- Haferflocken und Cornflakes mit Bio-H-Milch, Bio- Haferdrink, Bio- Joghurt und Obst (A _H ,G)	Vollkornbrot mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse und Rohkost (A _w ,G)	Bio- Haferflocken und Cornflakes mit Bio-H-Milch, Bio- Haferdrink, Bio- Joghurt und Obst (A _H ,G)	Vollkornbrot mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse und Rohkost (A _w ,G)
Mittagessen	<p>Bio- Dinkelnudeln mit Tomatensauce (A_D,G,I)</p> <p>Polenta mit Apfel und Zimt (G)</p>	<p>Karottensalat</p> <p>Basmatireis mit Rindfleischgulasch und Wurzelgemüse (I)</p>	<p>Spätzle mit Linsenbolognese (A_w,G,I)</p> <p>Mandarinenquark (G)</p>	<p>Gurkensalat (G)</p> <p>Kleine Kartoffeln mit Lauchgemüse und Lachswürfel (G)</p>	<p>Kartoffel-Gemüsecremesuppe (G,I)</p> <p>Bio- Milchreis mit Obstpüree (G)</p>
Nachmittag	Vollkornbrote mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse, Rohkost-Gemüse und Obst (A,G)	Vollkornbrote mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse, Rohkost-Gemüse und Obst (A,G)	Vollkornbrote mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse, Rohkost-Gemüse und Obst (A,G)	Vollkornbrote mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse, Rohkost-Gemüse und Obst (A,G)	Vollkornbrote mit veg. Bio-Aufstrich, versch. Käse, Rohkost-Gemüse und Obst (A,G)

Allergene Inhaltsstoffe Legende

- A: Glutenhaltiges Getreide (**W**eizen, **R**oggen, **G**erste, **H**afer, **D**inkel, **K**amut oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse
- B: Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
- C: Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
- D: Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- E: Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
- F: Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- G: Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse
- H: Schalenfrüchte, d.h. Mandeln, Pistazien, Hasel-, Wal-, Cashew-, Pekan-, Para-, Makadamia- und Queenslandfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse
- I: Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
- J: Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
- K: Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- L: Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO₂
- M: Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
- N: Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse (wie zum Beispiel Schnecken)