Speiseplan KW 45 / 04.11.-08.11.2019

	Montag 04.11.2019	Dienstag 05.11.2019	Mittwoch 06.11.2019	Donnerstag 07.11.2019	Freitag 08.11.2019
Salat	**Gemischter Salat** (Joghurtdressing) c,f,i	**Karottensalat** (Essig&Öl))	**Weißer Bohnensalat** (Essig&Öl)	**Krautsalat** (Essig&Öl)	**Gemüsestäbchen mit Kräuterquark-dip** f
Menü 1	**Hähnchen Cordon Bleu mit Röstinchen** 1,a,c,f,m,o		**Rindergeschnetzel-tes auf Rigatoni an Majoran-Sahne** a,f		**Fischfrikadelle in fruchtiger Tomatensauce mit Reis** 1,2,3,a,c,f,m,o
Menü 2 Vegetarisch	**Gemüseschnitzel mit Röstinchen** 1,a,c,f,m,o	**Käsespätzle mit gerösteten Zwiebeln** a,c,f	**Gebratenes Gemüse auf Rigatoni an Majoran-Sahne** a,f	**Eieromelette mit Kartoffelpüree und Spinat** 1,c,f,i,o	**Gemüsefrikadelle in fruchtiger Tomatensauce mit Reis** 1,2,3,a,c,f,m,o
Dessert	**Obst**	**Erdbeerpudding** f	**Stracciatella-Quark** f	**Berliner** 2,a,c,f,g,h,l,o	**Obst**

Sie finden uns unter Instagram @vitalkantine

Zusatzstoffe:

1= mit Konservierungsstoff 2= mit Geschmacksverstärker 3= mit Antioxidationsmittel 4= mit Farbstoff 5= mit Phosphat
6= mit Süßungsmittel 7= koffeinhaltig 8= Chininhaltig 9=geschwärzt 10=enthält Phenylalaninquelle

Allergene:

a= Weizen b= Krebstiere c= Eier d= Fische e= Erdnüsse f= Milch/Laktose g= Pistazien h= Haselnüsse/Nüsse i= Senf j= Sesamsamen
k= Weichtiere l= Sojabohnen m= Sellerie n= Lupinen= o Gluten