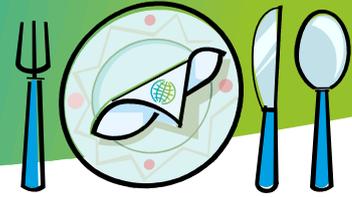


Gesellschaft  
zur ganzheitlichen  
Bildung



# Speiseplan

GGB-Küche in Wildenfels

18.03-22.03.2024	Frühstück	Mittag	Vesper
<b>Montag</b>	Knusperbrot <sup>a,b,g,j</sup> Butter <sup>k</sup> Aufstrich süß <sup>9,14,k,m</sup> Obst	Quarkkeulchen <sup>a,g,k</sup> mit Zucker und Apfelmus <sup>3,9,14</sup>  alternativ Suppe <sup>a,k,t,u</sup>	Viersaatbrot <sup>a,b,v</sup> Butter <sup>k</sup> Leberkäse <sup>14</sup> grüne Gurke
<b>Dienstag</b>	Müsli <sup>a,e,k</sup> Joghurt <sup>k</sup> Obst	Leberkäse <sup>t,u</sup> mit Gemüse <sup>k</sup> Kartoffeln und Soße <sup>a,k,t,u</sup>  Saftschorle	Laugengebäck <sup>a,g,j,k,v</sup> Butter <sup>k</sup> saure Gurke <sup>14,u</sup>
<b>Mittwoch</b>	Toastbrot <sup>a</sup> Butter <sup>k</sup> Aufstrich süß <sup>9,14,k,m</sup> Obst	Vollkornnudeln <sup>a</sup> mit fruchtiger Tomatensoße <sup>a,k,t,u</sup> und Reibekäse <sup>k</sup>  Kompott <sup>14</sup> /Obst	Reiswaffeln Frischkäse <sup>k</sup> Gemüse
<b>Donnerstag</b>	Brot <sup>a,b,d,v</sup> Butter <sup>k</sup> Käse <sup>k</sup> /Wurst <sup>14</sup> Gemüse	Gemüseschnitzel <sup>a,c</sup> mit Kartoffeln und Soße <sup>a,k,t,u</sup>  Salatbeilage <sup>2,3,9,t</sup>	Quark <sup>k</sup> mit Honig Knusperbrot <sup>a,b,g,j</sup>
<b>Freitag</b>	Brötchen dunkel <sup>a,b,d,e,k,v</sup> Butter <sup>k</sup> Aufstrich herzhaft <sup>14,k,v</sup> Gemüse	saure Kartoffelstücke mit Jagdwurstwürfeln <sup>1,2,3,a,t,u</sup> und Brot <sup>a,b,d,v</sup>  Süßspeise <sup>k</sup>	Hafer-/Vollkorn- kekse <sup>14,a,e,g,k</sup> Obst

Guten Appetit | Enjoy your meal | ¡Buen provecho!

Änderungen vorbehalten! Trotz sorgfältiger Verarbeitung können Spuren von Allergenen enthalten sein. Bitte beachten Sie die Allergen- und Zusatzstoffliste!

**Allergene:** (a) Weizen, (b) Roggen, (c) Dinkel, (d) Gerste, (e) Hafer, (f) Krebstiere, (g) Eier, (h) Fisch, (i) Erdnüsse, (j) Sojabohnen, (k) Milch, (l) Mandeln, (m) Haselnüsse, (n) Walnüsse, (o) Pistazien, (p) Macadamianüsse, (q) Cashewkerne, (r) Pekannüsse, (s) Paranüsse, (t) Sellerie, (u) Senf, (v) Sesamsamen, (w) Lupinen, (x) Weichtiere, (y) Schwefeldioxid und Sulfite | **Zusatzstoffe:** (1) Farbstoffe, (2) Konservierungsstoffe, (3) Antioxidationsmittel, (4) Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) Süßungsmittel, (10) Phenylalaninquelle, (11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, (12) koffeinhaltig, (13) chininhaltig, (14) Säuerungsmittel | **Sonstige Kennzeichnungen:** (kbA) kontrolliert biolog. Anbau – komplett Bio oder einzelne Komponente Bio

