

Speiseplan September 2019



Datum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.09. - 06.09.	Nudeln ^(G) mit vegetarischer Bolognese ^(S, Se) Fruchtjoghurt ^(M)	Paprikahuhn ^(M) mit Reis, Pflaumenkompott	Kartoffelspalten mit Kräuterquark ^(M) und Eiern ^(E) , Rohkost	Seelachs ^(F) auf Erbsengemüse mit Makkaroni ^(G) , Obst	Kartoffelsuppe ^(M) mit selbstgebackenem Brot ^(G) , Rohkost
09.09. - 13.09.	Lieblingessenstag: Spaghetti ^(G) mit rotem Pesto und Parmesan ^(M) , Apfelmus	Tomatenbohnen-gemüse mit Kartoffeln, Obst	Duftreis mit Spinat-Lachssoße ^(F,M) , Tomatensalat	Gulaschsuppe mit selbstgebackenem Brot ^(G) , Schokojoghurt ^(M)	Karottengemüse mit Kartoffelgratin ^(M) , Paprika-Mais-Salat
16.09. - 20.09.	Gemüsefrikadellen ^(G, E) mit Tomatensoße und Reis, Himbeerquark ^(M)	Hühnerfrikassee ^(Se) mit Nudeln ^(G) , Pflaumenkompott	Erbsengemüse mit Kartoffel-Karottenstampf, Rohkost	Kürbissuppe ^(M) mit selbstgebackenem Brot ^(G) , Fruchtgelee	Knuspriges Hokifilet ^(G, F) auf Karotten-Maisgemüse mit Buchweizen, Salat mit Senfsoße ^(SF)
23.09. - 27.09.	Farfalle ^(G) mit Brokkolissoße ^(M) , Fruchtjoghurt ^(M)	Rinderwürstchen-gulasch* ^(G, M) mit Stampfkartoffeln, Apfelmus	Seelachsfilet ^(F) auf Tomaten-Zucchini-gemüse und Reis, Rohkost	Wirsing Eintopf mit selbstgebackenem Brot ^(G) , Griesschnitten mit Zucker und Zimt ^(G, M)	Käsespätzle ^(G, M) , Gurkensalat
30.09. - 04.10.	Hirse mit Thunfischsoße ^(F) , Schokojoghurt ^(M)				

Kontaktdaten: **karotte und erbsen** – Katharina Pattberg – Triebstraße 19 – 60388 Frankfurt am Main – Tel. 06109 205126

– www.karotteunderbse.de - info@karotteunderbse.de -Umsatzsteuer-Nr.: DE275244485

* mit Konservierungsstoff, Phosphat und Antioxidationsmittel

G= Gluten, M= Milch, Z= Zucker, E= Eier, F= Fisch, S= Soja, Se= Sellerie, SF= Senf, L= Lupine, Su= Sulfite, Schwefeldioxid