




03.12. - 07.12.2018

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 32593774

| VARIANTE | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|----------------|---|--|--|--|--|
| | NUDELTAG | FLEISCHTAG | VEGETAG | NIKOLAUSI-TAG | FISCHTAG |
| 1 | Möhren-Pesto *** NEUES GERICHT! (MÖ,MI,TO,KR) | Hackbraten in feiner Bratensoße (RI,EI,GL,WE,KR,ZW,SF) | Kartoffelgratin (MI,SE,MÖ,KN,KR) | Maronen-Selleriesuppe *** NEUES GERICHT! (MI,SE,MÖ,ZW) | Seelachs Napoli (TO,MÖ,ZW,SE,AG,ZI) |
| 2 | Camembert-Soße *** NEUES GERICHT! (MI,ZW,SE,MÖ) | Vegebraten (MI,GL,WE,MÖ,ZW,SE,MÖ,SF,EI) | – | – | Linsenbratling mit Napolisoße (EI,SE,ZW,HÜ,MÖ,GL,WE,TO,ZI,AG,MI) |
| | Penne (wahlweise Vollkorn) (GL,WE) | Spätzle (EI,GL,WE) | Apfel-Möhren-Cornflakes-Salat (MÖ,AP,MS,ZI,AG) *** NEUE BEILAGE! | Baguette (HE,GL,WE) | Salzkartoffeln (KR) |
| BEILAGE | – | Rotkraut-Salat (MI,ZW,ZI) | – | – | – |
| | winterlicher Salat mit Orangendressing (ZI,HO,AG,PA,SF,MÖ,AP) | – | – |  | – |
| DESSERT | Obst (wahlweise Obst o. Rohkost) | Apfelmus mit Vanilletopping (wahlweise Obst o. Rohkost) (AP,MI,ZU,ZI) | Wintertrunk (wahlweise Obst o. Rohkost) (MI,AG,ZI) | Nikolausi's Schokokuchen (wahlweise Obst o. Rohkost) (EI,WE,GL,ZU,BU,ZI,MI) | Obst (wahlweise Rohkost) |

ZUTATEN/ALLERGENE/INFOS GIBT ES AUF DER ZUSATZ-LISTE!

**DIE 14 ALLERGENE
(= GESETZL. VORGESCHRIEBENE KENNZEICHNUNG NACH DER LEBENSMITTEL-INFORMATIONEN-VERORDNUNG (LMIV1169/2011))**

| | | | | | | | |
|----|----------------------------|----|----------------------------|----|-------------------------|----|--------------------------|
| 1 | Glutenhaltiges Getreide | AP | Apfel | KI | Kiwi | RI | Rindfleisch |
| 2 | Krebstiere | AG | Agavendicksaft | KN | Knoblauch | SC | Schweinefleisch |
| 3 | Eier | AN | Ananas | KO | Kokos | SD | Schwefeldioxid/Sulfide |
| 4 | Fisch | CU | Curry | KR | Kräuter | SE | Sellerie |
| 5 | Erdnüsse | EI | Eier | KT | Krebstiere | SF | Senf |
| 6 | Soja | ER | Erdbeeren | KÜ | Kürbis | SS | Sesam |
| 7 | Milch und Lactose | EN | Erdnüsse | LA | Lammfleisch | SO | Soja, Sojaprodukte, Tofu |
| 8 | Schalenfrüchte (Baumnüsse) | FI | Fisch | LU | Lupine | TO | Tomate |
| 9 | Lupine | GE | Geflügelfleisch | MA | Mandeln (Schalenfrucht) | WA | Walnüsse (Schalenfrucht) |
| 10 | Weichtiere | GL | Glutenhaltiges Getreide | MI | Milchprodukte & Laktose | WT | Weichtiere |
| 11 | Sellerie | HA | Haselnüsse (Schalenfrucht) | MÖ | Möhren | WE | Weizen |
| 12 | Senf | HE | Hefe | MS | Mais | ZI | Zitrusfrüchte |
| 13 | Sesamsamen | HO | Honig | NÜ | Nüsse | ZU | Zucker |
| 14 | Schwefeldioxid und Sulfite | HÜ | Hülsenfrüchte | PA | Paprika | ZW | Zwiebeln |