



13.09. - 17.09.2021

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

| VARIANTE | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|----------------|--|--|---|---|--|
| | PASTATAG | FLEISCHTAG | BUNTER TAG | SUPPENTAG | FISCHTAG |
| 1 | Camembert-Soße mit Preiselbeer Topping <small>(MI,ZW,SE,MÖ,ZI)</small> | Kürbis-Hackfleischpfanne mit BIO Rindfleisch <small>(RI,TO,KN,ZW,SE,MÖ,KÜ)</small> | Süßkartoffeltasche mit Frischkäse Füllung <small>(GL,WE,MI,ZW,TO,ZI)</small> | Kürbis-Kokos-Suppe <small>(MÖ,ZW,SE,KO,ZI,KÜ,MI)</small> | Neptuns Fischklops <small>(FI,ZW,MÖ,EI,GL,WE,ZI,SE,SF,MI)</small> |
| 2 | Spinat-Frischkäse-Soße <small>(MI,ZW,SE,KN)</small> | !VEGGIE SPECIALE! Vegetarische Kürbis-Pfanne mit BIO Tofu <small>(SO,TO,KN,ZW,SE,MÖ,KÜ)</small> | | | Pumpkin Puffer <small>(GL,WE,KÜ,EI,MI,ZW,MÖ,HF)</small> |
| BEILAGE | BIO-Penne (wahlweise BIO-Vollkorn) <small>(GL,WE)</small> | Kartoffeln | bunter Cous Cous <small>(PA,MS,GL,WE)</small> | Mecklenburger Sauerteigbrot <small>(HE,GL,WE,RO)</small> | Stampf <small>(MI)</small> |
| | | Kräuterschmand <small>(MI,ZI)</small> | | mit Geflügelwürstchen <small>(GE,RI,4,2,7)</small> | gestovte Fingermöhrrchen <small>(MI,GL,WE,ZW,MÖ)</small> |
| | bunter Salat mit Granatapfeldressing <small>(ZI,PA,SF,MÖ,AP,MS)</small> | | Hummus Kurkuma Dip <small>(HÜ,ZW,PA,MI)</small> | mit Veggiewürstchen <small>(SO,MÖ,HE,EI,SF,SE,ZW,PA)</small> | !ON TOP! FC Remoulade <small>(MI,ZI,ZW)</small> |
| DESSERT | Obst | Birnen Haferflocken Smoothie oder Obst <small>(GL,HF,ZI,MI)</small> | Obst | Rüblükuchen oder Obst <small>(WE,GL,EI,MI,ZI,MÖ)</small> | Schokoladenflammerie oder Obst <small>(MI,GL,WE,SO)</small> |

Die in unserem Speiseplan ausgewiesenen **BIO**-Komponenten entsprechen der EG-Ökoverordnung, Kontrollstelle: DE-ÖKO-009

Zutaten/Allergene/Infos findet ihr auf unserer Zusatz-Liste! Speiseplan ohne Gewähr.