



04.10. - 08.10.2021

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

VARIANTE	MONTAG PASTATAG	DIENSTAG FLEISCHTAG	MITTWOCH BUNTER TAG	DONNERSTAG SUPPENTAG	FREITAG FISCHTAG
1	Gorgonzola Soße (MI,ZW,SE,MÖ)	Köttbullar in einer Rahmsoße (GE,EI,GL,WE,ZW,SF,PA,MI,SE,MÖ,TO)	Vegan Mediterrane Jackfruit Bällchen (TO,ZW,GL,HF,4,KN)	Steckrübensuppe mit Apfeltopping (ZW,SE,MÖ,MI,AP)	Seelachs a´la Kürbaise (FI,GL,WE,EI,MI,KÜ,MÖ,ZW,HF)
2	Soße a la Arrabiata (TO,CU,ZW,SE,MÖ,ZI,KN,HÜ)	Vegetarische Köttbullar an einer Rahmsoße (ZW,MI,SO,SE,MÖ,EI,GL,WE,HE,TO,SF,PA)			Zucchini a´la Kürbaise (GL,WE,EI,MI,KÜ,MÖ,ZW,HF)
BEILAGE	BIO Penne (wahlweise BIO-Vollkorn) (GL,WE)	Kartoffeln	Reis (wahlweise Vollkorn)	Baguette (HE,GL,WE)	Kartoffelstampf (MI)
		! ON TOP ! Preiselbeeren (ZI)	rotes Gemüse (TO,PA,KN,MÖ)		
	Bunter Herbstmix mit Kartoffeldressing (ZI,SF,MÖ,AP,MS)	Brokkoli (MI)	Kräuter Dip (ZI,MI)	! ON TOP ! Pumpernickel (GL,WE,RO,GER)	gestovter Kohlrabi (GL,WE,MI)
DESSERT	Obst	Karamell-Pudding mit BIO Milch oder Obst (MI)	Obst	Ameisenkuchen oder Obst (MI,EI,GL,WE,ZI,SO)	Multivitamin Creme oder Obst (MI,ZI,AP,MÖ)

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.