

KW 43  
HERBST  
SPEISEPLAN



POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

21.10. - 25.10.2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Soße A</b> <b>Fruchtige Tomaten Soße</b> (ZW,SE,KN,MÖ,TO)	<b>-- VEGGIE SPECIALE --</b> <b>Mildes Kichererbsen Curry</b> (ZW,SE,MÖ,KO,HÜ,TO,CU)	<b>Falafelbällchen mit Kräutersoße</b> (GL,WE,MS,MÖ,KN,ZW,HÜ)	<b>Rote Linsensuppe mit Möhren</b> (ZW,KN,MÖ,KO,HÜ,TO)	<b>-- VEGGIE SPECIALE --</b> <b>Hausgemachter Gemüsebratling</b> (GL,WE,HF,HÜ,EI,MÖ,TO,SE,KN)
<b>Soße B</b> <b>Gorgonzola Soße</b> (ZW,SE,MÖ,MI)	<b>Mildes Hähnchen Curry</b> (ZW,SE,MÖ,KO,HÜ,TO,CU,GE)			<b>Fisch Nuggets</b> (FI,GL,WE,MS,HE,SF,PA)
<b>Farfalle (wahlweise Vollkorn)</b> (GL,WE)	<b>Reis (wahlweise Vollkorn)</b> 	<b>Steckrübenkartoffelstampf</b> (MI)	<b>Krustenbrot</b> (GL,WE,HE)	<b>Kartoffeln</b>
<b>Gurken Paprikasalat</b> (ZI,PA,SF)		<b>Bunter Krautsalat</b> (ZI)	<b>Krustenbrot</b> (GL,WE,HE)	<b>Buttermais</b> (MI,MS)
<b>-- ON TOP --</b> <b>Käsestreusel</b> (MI)	<b>-- ON TOP --</b> <b>Joghurt Klecks</b> (wir verwenden  Joghurt) (MI)	<b>-- ON TOP --</b> <b>Tzatziki</b> (wir verwenden  Joghurt) (MI,ZI,KN)	<b>-- ON TOP --</b> <b>Geröstete Sonnenblumenkerne</b> 	<b>-- ON TOP --</b> <b>FC Remoulade</b> (MI,ZI,EI,ZW)
<b>Obst</b> 	<b>Cook's Schokopudding oder Obst</b> (MI,SO)	<b>Obst</b>	<b>Kokoskuchen oder Obst</b> (GL,WE,MI,ZI,EI,KO)	<b>Birnen Quark mit Zimt oder Obst</b> (MI,ZI)

 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.