

KW 7
WINTER
SPEISEPLAN

10.02. - 14.02.2025



POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Soße A

Brokkoli Pesto

(MI,KN,ZI)

Soße B

Fruchtige Currysoße

(ZW,SE,MI,CU,PA,MÖ,TO,AN)

**Mini Makkaroni
(wahlweise Vollkorn)**

(GL,WE)

**Bunter Salat
mit Gurkenvinaigrette**

(PA,ZI,SF,AP,MÖ)

-- ON TOP --
Käsestreusel

(MI)

Obst

-- VEGGIE SPECIALE --

**Vegetarische Köttbullar
an Rahmsoße**

(ZW,SE,MI,MÖ,PA,MS,EI,WE,GL,KN,HE,HÜ)

Köttbullar an Rahmsoße

(ZW,SE,MI,EI,RI,KN,MI,GL,HE,WE)

**Reis
(wahlweise Vollkorn)**

Butter Möhren

(Mi,MÖ)

-- ON TOP --
Röstzwiebeln

(GL,WE,ZW)

**Waldfrüchte Smoothie
oder Obst**

(MI,ZI,ER)

Falafelbällchen

(ZW,GL,HE,WE,SF,ZI,KN,HÜ,MS)

Couscous

(WE,GL)

**Italienisches Gemüse
in Tomatensoße**

(PA,ZW,SE,TO,KN,MÖ)

-- ON TOP --

Kichererbsen Dip

(wir verwenden  Joghurt)
(HÜ,KN,MI)

Obst

Süßkartoffel Kokos Suppe

(ZW,SE,MI,KN,MÖ,KO)

Fladenbrot

(GL,WE,HE,SS)

-- ON TOP --
geröstete Kokosstreusel

(KO)

**Pflaumenstreuselkuchen
oder Obst**

(WE,GL,ZI,EI,MI)

-- VEGGIE SPECIALE --

**Blumenkohl
in Backteig**

(GL,WE,HE,EI)

Fischnuggets

(FI,WE,GL,HE,EI,MI,MS,SF,ZW,ZI)

Kartoffelstampf

(MI)

Möhren-Apfelsalat

(MÖ,AP,SF,ZI)

-- ON TOP --
Curry Dip

(wir verwenden  Joghurt)
(MI,ZW,CU,KN,AP,AN)

**Schokopudding
oder Obst**

(MI,SO)



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.