KW 10 WINTER SPEISEPLAN

03.03. - 07.03.2025

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Soße A	-- VEGGIE SPECIALE --			-- VEGGIE SPECIALE --
Möhren Tomaten Pesto (MI,MÖ,TO,KN)	Veggie Bällchen in Tomatensoße (HÜ,MS,MÖ,ZW,GL,WE,ZI,KÜ,SE,TO,KN)	Buntes Kichererbsen Curry (CU,HÜ,KN,MI,SE,MÖ,TO,ZI,ZW)	Lauch-Käse Suppe (ZW,SE,MI,MÖ)	Ei in Spinatsoße (wir verwenden BIO Eier) (EI,ZW,SE,MI,KN)
Soße B			-- VEGGIE SPECIALE --	
Bärlauch Soße (MI,SE,ZW,MÖ,KN)	Hackbällchen in Tomatensoße (wir verwenden BIO Rindfleisch) (RI,ZW,SE,TO,KN,GL,WE,EI)		mit Räuchertofu (SO)	Fisch in Spinatsoße (FI,ZW,SE,MI,KN)
Penne (wahlweise Vollkorn) (GL,WE)	Reis (wahlweise Vollkorn)	Goldener Bulgur (GL,WE,CU)	mit Rinderhack (wir verwenden BIO Rindfleisch) (RI)	Kartoffeln
Winterlicher Blattsalat mit Granatapfeldressing (ZI,PA,SF,MÖ,AP)	Krautsalat (ZI,PA)	Farmersalat (MI,SE,SF,ZI,MÖ)	Ciabatta (GL,WE,HE)	
-- ON TOP -- Käsestreusel (MI)	-- ON TOP -- Knoblauch Dip (wir verwenden BIO Joghurt) (MI,KN)	-- ON TOP -- Minz Dip (wir verwenden BIO Joghurt) (MI,ZI)	-- ON TOP -- Knoblauch Croutons (MI,GL,WE,KN)	-- ON TOP -- Kräutererde (GL,WE,MI,KN)
Obst	Oreoquark oder Obst (MI,GL,WE,SO)	Obst	Marmorkuchen oder Obst (WE,GL,ZI,EI,MI)	Milchreis mit Ü-Topping oder Obst (MI,ER,AP)

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.