

KW 28
SOMMER
SPEISEPLAN

07.07. - 11.07.2025



POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Tomatensoße

(ZW,SE,KN,MÖ,TO)

Currysoße

(ZW,SE,AN,PA,MÖ,MI,CU,KN)

BIO Fusilli

(wahlweise Vollkorn BIO Fusilli)

(GL,WE)

Kichererbsensalat
mit Mais und Paprika

(ZW,PA,MS,SF,HÜ,ZI,KN)

-- ON TOP --

Käsestreusel

(MI)

Obst

-- VEGGIE SPECIALE --

Chilli sin Carne

(mit BIO Sonnenblumenhack)

(TO,ZW,SE,MÖ,KN,HÜ,MS,PA,SF,MÖ,HE)

Chilli con Carne

(wir verwenden BIO Rinderhack)

(TO,ZW,SE,MÖ,KN,HÜ,MS,PA,RI)

Reis

(wahlweise Vollkorn)

Coleslaw

(MI,SE,MÖ,ZI,SF)

-- ON TOP --

Kräuter Dip

(wir verwenden BIO Joghurt)

(MI,ZI,KN)

Mango Lassi

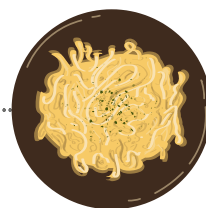
(wir verwenden BIO Milch)

oder Obst

(ZI,MI)

Spätzle mit Käsesoße

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



Tomaten Gurkensalat

(TO,SF,ZI)

-- ON TOP --

Röstzwiebeln

(ZW,GL,WE)

Obst

Karottencremesuppe

(ZW,SE,MÖ,MI,KN)

Mehrkornbaguette

(GL,WE,HE)

-- ON TOP --

Geröstete
Sonnenblumenkerne

Mandarinen Quarkkuchen
oder Obst

(MI,GL,WE,EI,ZI)

-- VEGGIE SPECIALE --

Gefüllter Champignon

(ZW,SE,KN,GL,WE,EI,MÖ)

Ofenfisch mit Kräuterkruste

(GL,WE,MI,KN,FI,EI,MÖ,ZW)

Kartoffeln

Gestovter Mais

(GL,WE,MI,KN,MS,ZW,SE)

-- ON TOP --

Joghurt Dip

(wir verwenden BIO Joghurt)

(MI,ZI)

Blaubeer Quark

(wir verwenden BIO Quark)

oder Obst

(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.