

KW 42
HERBST
SPEISEPLAN

13.10. - 17.10.2025



POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Grünes Pesto

(MI, KN)

Gorgonzola Soße

(ZW, SE, MI, KN)

BIO Penne
(wahlweise Vollkorn **BIO** Penne)

(GL, WE)

Möhren-Apfelsalat

(AP, MÖ, ZI, SF)

-- ON TOP --
Käsestreusel

(MI)

Obst

Gemüsefrikassee

(ZW, SE, MI, KN, HÜ, MÖ, ZI)

Hühnerfrikassee

(ZW, SE, MI, KN, HÜ, MÖ, ZI, GE)

Reis
(wahlweise Vollkorn)

-- ON TOP --
Röstzwiebeln

(ZW, GL, WE)

Mandarinen Quark
(wir verwenden **BIO** Quark)
oder Obst
(MI, ZI)



-- VEGGIE SPECIALE --
Kartoffel - Käsetaler

(ZW, KN, MI, GL, WE, EI, MÖ)

Couscous

(GL, WE)

Caesar Salat

(TO, MI, GL, WE, KN, SF, ZI, EI)

-- ON TOP --
Knoblauch Dip
(wir verwenden **BIO** Joghurt)
(MI, ZI, KN)

Obst



Maiscremesuppe
mit Gremolata
(Petersilien-Pesto)
(ZW, SE, MS, MI, ZI, KN)

Baguette

(GL, WE, HE)



Zitronenkuchen
oder Obst

(GL, WE, MI, ZI, EI)

-- VEGGIE SPECIALE --
Kürbis Reisbratling

(ZW, SE, MÖ, PA, KN, EI, GL, WE, MI, KÜ)

Kibbeling

(FI, GL, WE, EI, HE, MI, PA)

Kartoffeln

Gestovter Brokkoli

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

-- ON TOP --
Zitronen Dip
(wir verwenden **BIO** Joghurt)
(MI, ZI)

Schokoladenpudding
(wir verwenden **BIO** Milch)
oder Obst

(MI, SO)



Die in unserem Speiseplan ausgewiesenen **BIO**-Komponenten entsprechen der EG-Ökoverordnung, Kontrollstelle: DE-ÖKO-009

Alle Speisen werden von der Forrest Cook GmbH hergestellt. Zutaten/Allergene/Infos findet ihr auf unserer Zusatz-Liste. Speiseplan ohne Gewähr.