

KW10
WINTER
SPEISEPLAN

02.03. - 06.03.2026



Nicht fündig geworden?
Wir bieten eine
Alternative!

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Rotes Pesto

(MI, TO, KN)

Cremige Tomaten-Käse-Soße

(ZW, SE, TO, MI, KN)

BIO Penne

(wahlweise Vollkorn BIO Penne)

(GL, WE)

Blattsalat mit
Apfel-Senf Dressing

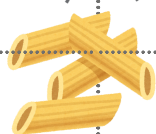
(AP, SF)

-- ON TOP --

Käsestreusel

(MI)

Obst



-- VEGGIE SPECIALE --

Bauerntopf

(ZW, SE, MÖ, TO, KN, MS, PA)

Bauerntopf mit Rinderhack

(wir verwenden BIO Rinderhack)

(ZW, SE, MÖ, TO, KN, MS, PA, RI)

BIO Reis

(wahlweise Vollkorn BIO Reis)

-- ON TOP --

Parmesan

(MI)

Multivitamincreme

(wir verwenden BIO Joghurt)

oder Obst

(MI, ZI, MÖ, AP)

-- VEGGIE SPECIALE --

Blumenkohl in Backteig

(WE, GL, HE, EI)



Kartoffelstampf

(MI)

Möhren Sticks

(MÖ)

-- ON TOP --

Curry Dip

(wir verwenden BIO Joghurt)

(ZI, KN, CU)

Obst



Gemüsecreme Suppe

(ZW, SE, MI, MÖ, PA)

Mehrkornbaguette

(GL, WE, HE)

-- ON TOP --

Kräuter Croutons

(GL, WE, MI)

Ameisenkuchen
oder Obst

(GL, WE, MI, ZI, EI, SO)



-- VEGGIE SPECIALE --

Maiskolben in Kräuterbutter

(MS, MI, KN)

Mini Fischfrikadelle

(FI, GL, WE, HE, ZW, MI)

Kartoffeln

Gestovter Brokkoli

(WE, MI, GL, ZW, SE)

-- ON TOP --

Kräuter Dip

(wir verwenden BIO Joghurt)

(ZI, MI)

Obst



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.