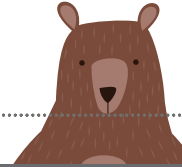


KW 21  
FRÜHLINGS  
SPEISEPLAN

18.05. - 22.05.2026



Nicht fündig geworden?  
Wir bieten eine  
Alternative!

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Rucola Pesto

(MI,KN)



Gemüse Curry  
mit Kichererbsen

(ZW,SE,KN,KO,HÜ,PA,CU,MÖ)

-- VEGGIE SPECIALE --

Tortellini  
mit Käsesoße

(GL,WE,MI,HE,ZI,ZW,MÖ,KN,SE)

Kartoffelcremesuppe

(ZW,SE,MI,MÖ,KN)



-- VEGGIE SPECIALE --

Käse-Spinat-Puffer

(MÖ,MI,EI,GL,WE,KN)

Tomatensoße

(ZW,SE,MÖ,TO,KN)

Hähnchen Curry  
(mit **BIO** Hühnerfleisch)

(ZW,SE,KN,KO,HÜ,PA,CU,MÖ,GE)

Ofenfisch  
mit Kräuterkruste

(GL,WE,MI,ZI,KN)

**BIO** Fussili

(wahlweise Vollkorn **BIO** Fussili)

(GL,WE)

**BIO** Bulgur

(GL,WE)

Mehrkornbaguette

(GL,WE,HE)

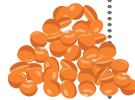
**BIO** Kartoffeln

Bunter Salat  
mit Gurkenvinaigrette

(ZI,MÖ,SF)

Linsensalat

(HÜ,ZI,PA,KN,SF,ZW,SE,MÖ)



Tomaten Gurken Salat

(ZI,SF,TO)



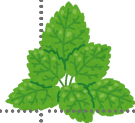
Gestovter Brokkoli

(MI,GL,WE,SE,ZW)

-- ON TOP --

Käsestreusel

(MI)



-- ON TOP --

Minz Dip

(wir verwenden **BIO** Joghurt)

(MI,ZI)

-- ON TOP --

Röstzwiebeln

(WE,GL,ZW)

-- ON TOP --

Knoblauch Croutons

(GL,WE,MI,KN)



-- ON TOP --

FC Remoulade

(MI,ZI,EI,ZW)

Obst

Schokopudding

(wir verwenden **BIO** Milch)

oder Obst

(MI,SO)

Obst

Mamorkuchen  
oder Obst

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

Obst



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.