

KW 39
HERBST
SPEISEPLAN

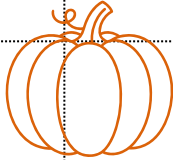
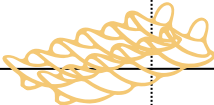


Nicht fündig geworden?
Wir bieten eine
Alternative!



21.09 - 25.09.2026

POST@FORRESTCOOK.DE / 040 71630904

		MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
VEGGIE FLEISCH/FISCH SÄTTIGUNGSB. GEMÜSE / SALAT OBST/DESSERT ON TOP	Soße A		-- VEGGIE SPECIALE --	-- VEGGIE SPECIALE --		-- VEGGIE SPECIALE --
	Ricotta-Paprika-Pesto		Chili sin Carne (mit BIO Sonnenblumenhack)	Vegane Nuggets	Karotten-Kürbis-Suppe	Blumenkohl in Backteig
	(MI,KN,PA)		(ZW,SE,TO,KN,HÜ,MS,PA,SF,MÖ,HE)	(GL,WE,HÜ)	(ZW,SE,KN,MÖ,KÜ,MI)	(WE,GL,HE,EI)
	Soße B					
	Käse-Sahne-Soße		Chili con Carne (mit BIO Rinderhack)			Fisch-Kibbeling
	(ZW,SE,MI,KN)		(ZW,SE,TO,KN,HÜ,MS,PA,RI)			(GL,WE,FI,MI,EI)
	BIO Fusilli (wahlweise Vollkorn BIO Fusilli)		BIO Reis (wahlweise Vollkorn Reis)	Kartoffeln	Ciabatta	Kartoffelstampf
	(GL,WE)				(GL,WE,HE)	(MI)
	Paprika-Mais-Salat		Bauernsalat	gestovte Erbsen		Gurkensalat mit Dill
	(ZI,SF,MS,PA)		(ZI,SF,ZW,TO,MS)	(MI,HÜ,GL,WE,ZW,SE)		(ZI,SF)
	Obst		Pfirsichjoghurt (wir verwenden BIO Joghurt) oder Obst	Obst	Apfel-Streuselkuchen oder Obst	Obst
			(MI,ZI)		(GL,WE,MI,AP,ZI,EI)	
	-- ON TOP --		-- ON TOP --	-- ON TOP --	-- ON TOP --	-- ON TOP --
	Käsestreusel		Schmand Dip (wir verwenden BIO Joghurt)	FC Ketchup	Knoblauch Croutons	Zitronen Dip (wir verwenden BIO Joghurt)
	(MI)		(MI,ZI)	(TO,ZW,AP)	(GL,WE,MI,KN)	(MI,ZI)



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.