

KW 43
HERBST
SPEISEPLAN

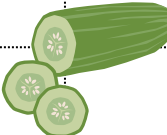
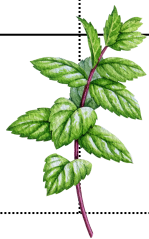


Nicht fündig geworden?
Wir bieten eine
Alternative!



19.10. - 23.10.2026

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 --
	Rotes Pesto (MI,KN,TO)		Gemüse Curry mit Kichererbsen (ZW,SE,KN,KO,HÜ,PA,CU,MÖ)	Pfannkuchen (GL,WE,EI,MI)	Kürbiscrème Suppe (ZW,SE,KN,MÖ,KÜ,MI)	Gemüsepudding (ZW,SE,MÖ,HÜ,MI,GL,WE,EI)
	Soße B		Puten Curry (mit BIO Putenfleisch)			Backfisch Filet (FI,GL,WE,HE)
	Gorgonzola Soße (ZW,SE,MI,KN)		(ZW,SE,KN,KO,HÜ,PA,CU,MÖ,GE)	-- wahlweise -- Apfelmus (AP,ZI) 	Baguette (GL,WE,HE)	Kartoffeln
	BIO Fusilli (wahlweise Vollkorn BIO Fusilli) (GL,WE)		BIO Reis (wahlweise Vollkorn Reis)	-- wahlweise -- Gemüsequark (wir verwenden BIO Quark) (MI,ZI,MÖ,PA)		Rahmspinat (MI,KN)
	Grüner Bohnensalat (HÜ,ZI)		Eisbergsalat mit Apfel-Senf Dressing (AP,SF,ZI) 		Käsekuchen oder Obst (GL,WE,MI,ZI,EI)	Obst
	Obst		Oreo Quark (wir verwenden BIO Quark) oder Obst (GL,WE,SO,MI)	Obst		
	-- ON TOP --		-- ON TOP --	-- ON TOP --	-- ON TOP --	-- ON TOP --
	Käsestreusel (MI) 		Minz Dip (wir verwenden BIO Joghurt) (MI,ZI)	Zimt und Zucker	Croutons (GL,WE,MI)	Zitronen Dip (wir verwenden BIO Joghurt) (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.