Speiseplan

Fleher Sonneninsel

Montag, den 30.10.2023 bis Freitag, den 03.11.2023

240 Kinder inkl.
10 x vegetarisch
2 x laktosefrei
1 x glutenfrei

Montag

Hmmh :-)
Spaghetti[1,3] mit Tomaten - Erbsensauce & geriebenem Käse[7]
Vanillepudding[3,7]
Fruchtjoghurt[7,12]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Glutenfreie Pasta mit Tomaten - Erbsensauce
Glutenfreie Kekse

Dienstag

Hmmh :-)
Kartoffelsuppe mit BIO - Geflügelbockwurst, Croutons[1], gehackte Kräuter & Steinofenbaguette[1]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Kartoffelsuppe mit gehackten Kräutern & glutenfreiem Brot

Mittwoch

Hmmh :-)
frei

Alternative
Veggie, Glutenfrei
frei

Donnerstag

131 Kinder inkl.
4 x vegetarisch
1 x Wallnussalergie
1 x laktosefrei

Der Yummitag :-)
Tortelliniauflauf mit Spinat und Sahnesauce[1,3,7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Pasta mit laktosefreier Spinatsahnesauce[1]

Freitag

116 Kinder inkl.
3 x vegetarisch
2 x laktosefrei

Kinderwunschtag :-)
Gefüllte Wraps mit Putenbrustfilet und Reis[1,3,7]
dazu Salat[10]
Hausgebackener Zitronenkuchen[1,3,7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Gefüllte Wraps mit Gemüse und Reis[1,3,7]
dazu Salat[10]

1. Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
2. Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
3. Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
4. Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse, Anchovis, Kaviar
5. Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse
6. Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse
7. Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (einschließlich Laktose)
8. Schalenfrüchte: Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pekanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss
9. Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse
10. Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
11. Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
12. Schwefeldioxid und Sulfite E220 - E228 Trockenobst, Tomatenpüree, Wein
13. Lupine und daraus hergestellte Erzeugnisse
14. Weichtier Schnecken, Muscheln, Austern, Tintenfisch, Calamares

DE - ÖKO 006

Speiseplan

Fleher Sonneninsel

Montag, den 06.11.2023 bis Freitag, den 10.11.2023

Montag

Hmmh :-)
Muschelnudeln[1] mit Gemüse - Currysauce[7,9] &
geriebenem Käse[7]
Fruchtjoghurt[7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Tomatensuppe[9] mit gehackten Kräutern
& glutenfreiem Brot
Sojajoghurt[6]

Dienstag

Hmmh :-)
Linseneneintopf[9] mit BIO - Geflügelbockwurst[12,7]
gehackten Kräutern & Steinofenbaguette[1]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Gemüseeintopf[9] mit gehackten Kräutern
& glutenfreiem Brot

Mittwoch

Hmmh :-)
Pfannekuchen[1,3,7] mit Apfelmus & Zimt-Zucker

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Glutenfreie / laktosefreie Pfannekuchen[3,6]
mit Apfelmus & Zimt-Zucker

Donnerstag

Hmmh :-)
BIO - Rindergulasch[9,10] mit Kartoffeln & Salat[10]
Milchreis[7] mit Zimt & Zucker & Apfelmus

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Gemüseschnitzel[8,9] mit Kartoffeln & Salat
Soja - Milchreis[6]

Freitag

Kinderwunschtag :-)
Spätzle mit Käse - Sahnesauce, geriebenem Käse
& Röstzwiebeln[1,3,7]
Hausgebackener Marmorkuchen[1,3,7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Glutenfreie Nudeln mit Gemüse
Glutenfreier Kuchen[3]

1. Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
2. Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
3. Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
4. Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse, Anchovis, Kaviar
5. Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse
6. Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse
7. Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (einschließlich Laktose)
8. Schalenfrüchte: Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pekanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss
9. Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse
10. Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
11. Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
12. Schwefeldioxid und Sulfite E220 - E228 Trockenobst, Tomatenpüree, Wein
13. Lupine und daraus hergestellte Erzeugnisse
14. Weichtier Schnecken, Muscheln, Austern, Tintenfisch, Calamares

DE - ÖKO 006

Speiseplan

Fleher Sonneninsel

Montag, den 13.11.2023 bis Freitag, den 17.11.2023

Montag

Hmmh :-)
BIO - Geschnetzeltes „Art Stroganoff“[9,10] mit Kartoffeln, Erbsen und Möhren
Fruchtjoghurt[7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Gemüse - Geschnetzeltes mit Kartoffeln, Erbsen und Möhren
Sojajoghurt[7]

Dienstag

Hmmh :-)
Kürbissuppe aus BIO - Kürbis mit BIO - Geflügelbockwurst, Croutons[1], gehackte Kräuter & Steinofenbaguette[1]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Kürbissuppe mit gehackten Kräutern & glutenfreiem Brot

Mittwoch

Hmmh :-)
Penne[1,3] mit Bolognese aus Bio - Rindfleisch & geriebenem Käse[7]
Vanillepudding[3,7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Glutenfreie Pasta[3] mit Tomatensauce[9]
Eis[7]

Donnerstag

Der Yummitag :-)
Chili sin Carne mit Linsen & Reis[9]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Chili sin Carne mit Reis[9]

Freitag

Kinderwunschtag :-)
Fischfilet natur, gedämpft[1,3,4,7] mit Senfsauce[7,10], Kartoffeln & Gurkensalat[10]
Hausgebackener Zitronenkuchen[1,3,7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Spiegelei[3] mit Kartoffeln[7] & Gurkensalat[10]
Glutenfreier Kuchen[3]

1. Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
2. Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
3. Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
4. Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse, Anchovis, Kaviar
5. Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse
6. Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse
7. Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (einschließlich Laktose)
8. Schalenfrüchte: Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pekanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss
9. Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse
10. Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
11. Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
12. Schwefeldioxid und Sulfite E220 - E228 Trockenobst, Tomatenpüree, Wein
13. Lupine und daraus hergestellte Erzeugnisse
14. Weichtier Schnecken, Muscheln, Austern, Tintenfisch, Calamares

DE - ÖKO 006

Speiseplan

Fleher Sonneninsel

Montag, den 20.11.2023 bis Freitag, den 24.11.2023

Montag

Hmmh :-)
BIO - Putengeschnetzeltes[9,10] mit Salzkartoffeln & Rotkohl
Fruchtjoghurt[7]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Veggiegulasch[9,10] mit Salzkartoffeln & Rotkohl
Sojajoghurt[6,13]

Dienstag

Der Yummitag :-)
Nudelsuppe[9] mit Hähnchenfleisch, Gemüse, Kräutern & Steinofenbaguette[1]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Gemüsesuppe[9] mit gehackten Kräutern & glutenfreiem Brot

Mittwoch

Hmmh :-)
Kartoffel - Gemüsepfanne[10] mit Kräuterquark[7]
Griesbrei[7] mit Kirschen

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Kartoffelecken mit buntem Salat[7] & Kräuterquark[7]
Wassereis

Donnerstag

Hmmh :-)
Gemüselasagne mit Spinat und Herbstgemüse
Käse überbacken[1,3,7,9,10]

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Glutenfreie Gemüselasagne[3,7,9]

Freitag

Kinderwunschtag :-)
Pommes

Alternative
Veggie, Glutenfrei
Pommes

1. Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
2. Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse
3. Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse
4. Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse, Anchovis, Kaviar
5. Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse
6. Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse
7. Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (einschließlich Laktose)
8. Schalenfrüchte: Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pekanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss
9. Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse
10. Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse
11. Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse
12. Schwefeldioxid und Sulfite E220 - E228 Trockenobst, Tomatenpüree, Wein
13. Lupine und daraus hergestellte Erzeugnisse
14. Weichtier Schnecken, Muscheln, Austern, Tintenfisch, Calamares

DE - ÖKO 006