

## Eine Marke von Widynski & Roick

KW 12

<b>KW 12</b> 20.03 26.03.2023
UNSERE AKTIONS- WOCHEN
Hier scannen:
Wy





	<b>N</b>
	Solj
	0
	6
	3,5
	veg Erb Ton
	@
	4,6

MONTAG 20.03.2023
Soljanka mit Sauen  color (a)  soljanka mit Sauen  color (a)  soljanka mit Sauen  soljanka mit Sauen  soljanka mit Sauen
vegetarische Gem Erbse), Rote Linser Tomaten-Dip
Vegane Linsenbold Spaghetti und frisc



	<b>MONTAG</b> 20.03.2023
	Soljanka mit Sauerral  Soljanka mit Sauerral  Soljanka mit Sauerral  Soljanka mit Sauerral
-	vegetarische Gemüs Erbse), Rote Linsen- Tomaten-Dip
-	



T Widyiiski a ke
<b>MONTAG</b> :0.03.2023
ljanka mit Sauerrahmund Zitrone
getarische Gemüsefrikadelle (Möhre, Pastinaki use), Rote Linsen-Zitronen-Spinat, Joghurt- maten-Dip ) ⇔ ② 合 ⑤ ெ ∅ 60 €



DIENSTAG



_	/gapes Linganhalagrages wit DIO Valllage
	Vegane Linsenbolognese mit BIO-Vollkorn- Spaghetti und frischem Basilikum
(	
Ot.	Bio 0 0 0
4	4,50 €
	Putenschnitzel Kokos Panade, Rote Bete aus dem Ofen, Duftreis,



m	Gebackene Kichererbsbällchen auf Gurken- Tabouleh (BIO-Couscous) und veganem Kräuterdip
	(Bio) on domons
	6,30 €

0

5,30€

6,30€

MITTWOCH 22.03.2023	<b>DONNERSTAG</b> 23.03.2023	FREITAG 24.03.2023
Apfel-Mandel-Auflauf mit Zimt dazu Vanillesoße / Gulaschsuppe	Deftiger Linseneintopf mit Speck	Asiatische Kokossuppe mit Gemüse
		<b>Ø</b> 🕏
3,50 €	<b>6</b>	3,50 €
•	3,50 €	
Plzragout mit frischen Kräutern, Eierspätzle und Rotkrautsalat	Käse-Kräuterrührei mit Stampfkartoffeln aus BIO- Kartoffeln und Rahmspinat	
<u> </u>	<b>⊙⊖</b>	
•	BIO OF GOD COM	
4,60 €	4,60 €	
Backkartoffel mit Gemüse aus dem Ofen,	Bandnudeln mit Shitake-Ingwersoße, Bratgemüse	Spaghetti, Bolognese von Rind und Schwein,

D 11 1 1 1 1 0 1 1 0 1	D 1 11 "G" 1 1 0
Backkartoffel mit Gemüse aus dem Ofen,	Bandnudeln mit Shitake-Ingwersoß
Guacamole und Schnittlauchschmand	und Sojasprossen-Koriandersalat





 VEGAN: Hafer-Krusteln auf Gemüse-Roggen (Spinat, Weißkohl, Karotten, Rlzen), Harissa- Dip



	(3)	O(B)	`
<b>(1) (2)</b>	9		
4,50 €			

"Fish & Chips" Backfisch mit Remouladensoße und	Schweineschulter in Soße, E
Pommes frites	Mandelbutter, Kartoffelgratin
	<b>6</b>

00	
<b>3</b>	
6,30€	

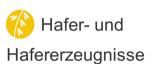
, Brokkoli mit Hirschgulasch mit Rosenkohl und Kartoffel-Kürbisstampf 

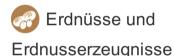


## Legende für den Speiseplan

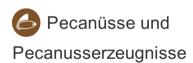
## Allergene

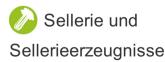


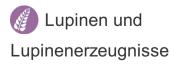


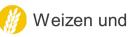












Weizenerzeugnisse (wie Dinkel Roggenerzeugnisse und Khorasan-Weizen)

Soja und Sojaerzeugnisse

Krebstiere und

Haselnüsse und

Haselnusserzeugnisse

Paranüsse und

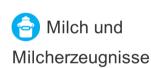
Paranusserzeugnisse

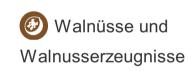
Weichtiererzeugnisse

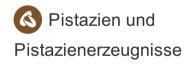
Krebstiererzeugnisse



Roggen und

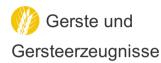


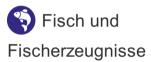


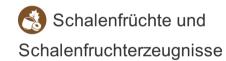


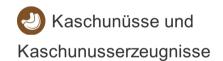












- Macadamia- oder

  Queenslandnüsse und daraus
  gewonnene Erzeugnisse
- Schwefeldioxid und Sulfite



