



UNSERE LEIBSPEISEN



Saisonales Obst und Gemüse im November:

Äpfel, Birnen, Erbsen, Gurken, Kartoffeln, Kiwis, Mais, Möhren, Orangen, Paprika, Pflaumen, Tomaten, Weintrauben, Zwiebeln

vom 14.11.10. bis 18.11.22

Montag

Maccaroni^{1(Weizen)} mit Bolognese¹⁵ (Soja/Rind), dazu geriebener Käse²

Nachspeise:

Äpfel

Dienstag

Kartoffelauflauf mit Kräutersoße^{2,3,15}, dazu Herbstgemüse

Nachspeise:

Bananen-Erdbeerquark^{2,3}

Mittwoch

Milchreis^{2,3} mit Beerensoße

Nachspeise:

Gurken

Donnerstag

vegetarisches Würstchen-Gulasch (Seitan^{1(Weizen)}) in Tomatencurrysoße mit Paprika, dazu Bulgur^{1(Weizen)}

Nachspeise:

Pflaumen

Freitag

rote Linsensuppe mit Kartoffeln, dazu Fladenbrot^{1(Weizen)}

Nachspeise:

Zitronen-Kuchen^{1(Weizen),4}

vom 21.11. bis 25.11.22

Montag

Schmetterlingsnudeln mit Tomaten-Thunfisch-/Linsensoße, dazu geriebener Käse^{2,3}

Nachspeise:

Birnen

Dienstag

Kartoffeln aus dem Ofen mit Kräuterquark^{2,3} und Gurken-Maissalat

Nachspeise:

Orangen

Mittwoch

Erbsenreis mit Tofu in Currysoße

Nachspeise:

Schoko-Zimtgrieß^{2,3}

Donnerstag

Hackbraten^{2,3,4} (Rind)/Falafel mit Tomatengemüsecremesoße^{2,3}, dazu Couscous^{1(Weizen)}

Nachspeise:

Kiwis

Freitag

Tomatensuppe mit Nudeln^{1(Weizen)} und Gemüse

Nachspeise:

Vanillepudding^{2,3}

***Produkte aus nicht biologischer Produktion*

Allergene und Zusatzstoffe:

- | | | | | |
|----------------|-------------|-------------------|----------------|------------------|
| 1. Gluten | 4. Hühnerei | 7. Fisch | 10. Weichtiere | 13. Senf |
| 2. Lactose | 5. Soja | 8. Krebstiere | 11. Lupine | 14. Schwefeloxid |
| 3. Milcheiweiß | 6. Erdnüsse | 9. Schalenfrüchte | 12. Sesam | 15. Sellerie |

Bio-Caterer für Kitas, Schulen und Erwachsene | DE-ÖKO-006

LEIBSPEISE

Lübecker Straße 1
28203 Bremen

+ 49 (0) 176 846 175 91
s.fuelles@leibspeise.net
www.leibspeise.net