

Um Anmeldung wird gebeten bis:

Mi. 07.02.2024, 11Uhr

Lehrküche Wabern



19.02. - 23.02.2024 (KW 08)

	Menü 1 (vegetarisch)	Menü 2
<u>Montag</u>	Tortellini mit Spinat und Ricotta gefüllt, Tomatensauce, geriebenem Käse und Salat ↻ Fruchtquark(1) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>	Asiatische Reispfanne mit Gemüse, Sprossen und Ananas, Sojasauce ↻ Fruchtquark(1) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf, Soja</u>
<u>Dienstag</u>	Tagessuppe ↻ Gebackene Reibekuchen ↻ Apfelmus <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Champignons in heller Sauce, Reis ↻ Apfelmus <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>
<u>Mittwoch</u>	Hausgemachter Grünkernbratling mit Kräuterdip und Rohkostsalat ↻ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>	Fleischkäse (Schwein 2,3,4) aus dem Ofen mit Möhrengemüse und hausgemachtem Kartoffelpüree ↻ Obst(7) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>
<u>Donnerstag</u>	Hausgemachter Gemüseeintopf mit Kartoffelwürfeln und Brötchen ↻ Pfirsichkompott <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>	Gebackenes Hokifilet mit Dillsauce, Kartoffeln und Gurkensalat ↻ Pfirsichkompott <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf, Fisch</u>
<u>Freitag</u>		Rührei mit Spinat und Kartoffeln ↻ Joghurtspeise (1) <u>Enthält: Sellerie, Weizen, Ei, Milch, Senf</u>

1. mit Farbstoff; 2. mit Konservierungsstoff; 3. mit Antioxidationsmittel; 4. mit Geschmacksverstärker; 5. geschwefelt; 6. geschwärzt; 7. gewachst; 8. mit Phosphat; 9. Chinin haltig; 10. Coffein haltig; 11. mit Süßungsmitteln; 12. enthält eine Phenylalaninquelle



Sehr verehrte Gäste,

die Zutaten unserer Menüs stammen vorwiegend aus der Region. Damit entfallen lange Transportwege und die regionale Landwirtschaft wird gestärkt.



Sofern Zusatzstoffe nicht vermieden werden können, sind diese entsprechend gekennzeichnet (*).

Gentechnisch veränderte Lebensmittel werden nicht verwendet.

Lehrküche Wabern
Kurfürstenstraße 32
34590 Wabern

Tel.: 05683-931 52 21
Fax: 05683-931 52 26

lehrkueche@starthilfe-abv.de
www.starthilfe-abv.de