

# Speiseplan

## KW 11 09.03. - 13.03.2020

Freie Waldorfschule Bremen Nord

Verantwortlicher:

Marcus Müller

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Frühstück</b>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Wraps <sup>(a2 g)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Sandwiches <sup>(a2 f g)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Joghurt & Müsli <sup>(g h l i k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>	Laugenstange <sup>(a1 k)</sup> & Belegte Brötchen <sup>(a1 f g k)</sup>
<b>Mittagessen</b>	Brokkolisuppe mit Dinkelbrötchen <sup>(a1 g)</sup>	Linsencurry <sup>(g)</sup>	Pasta mit Lachs & Dillsoße <sup>(a2 d g)</sup>	Spaghetti Bolognese <sup>(a1 i j)</sup>	Geflügelwürstchen mit Kartoffelsalat <sup>(c g j)</sup>
<b>Salat / Dessert</b>	Frisches Obst	Joghurt nach Wahl <sup>(g)</sup>	Joghurt nach Wahl <sup>(g)</sup>	Joghurt nach Wahl <sup>(g)</sup>	Joghurt nach Wahl <sup>(g)</sup>

Änderungen vorbehalten

### Kennzeichnung von Zusatzstoffen

**Die in diesem Wochenplan aufgeführten Speisen können enthalten:**

1 Mit Farbstoff, 2 konserviert, 3 Mit Antioxidationsmittel, 4 Mit Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 Mit Nitritpökelsalz,

8 Mit Süßungsmittel, 9 Mit Phosphat, 10 Coffeinhaltig

### Kennzeichnung der Allergene

**Die in diesem Wochenplan aufgeführten Speisen können enthalten:**

a) Glutenhaltige Getreide, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, b) Krebstiere, c) Hühnerei, d) Fische, e) Erdnüsse, f) Soja, g) Milch/Laktose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandeln, h2) Haselnüsse, h3) Cashewnüsse, h4) Pecanüsse, h5) Paranüsse, h6) Pistazien, h7) Macadamianüsse, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesam, L) Schwefeldioxid und Sulfit, m) Lupinen, n) Weichtiere