











Speiseplan Juli 2023

veggi/
vegan

Stadteilfest in der Gustav-Heinemann Wohnanlage			
1			
2			
3	Mo	Puten-Ananas Gulasch ^{8/18/22} , Reis, Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷
4	Di	Curry Hack Pfanne ¹⁸ mit Couscous ²² Salat	Quarkspeise ¹⁷
5	Mi	Küche geschlossen	
6	Do	Lauch-Auflauf mit Schafskäse ^{17/18/22} Salat ^{8/17}	Himbeer-Apfel-Grütze ^{4/17/22} 
7	Fr	Kichererbsen-Curry-Pfanne	Obst ⁹ 
8			
9			
10	Mo	Hähnchenbrust mit Spinat ¹⁷ Pasta ²² , Salat ^{8/17}	Himbeer-Joghurt-Dessert ^{4/17}
11	Di	Bratwurst, Gemüsesalat ^{8/17} , Kartoffeln	Obst ⁹
12	Mi	Nudeln mit Knobi Pilzen ^{17/18/22} Salat ^{8/17}	Rote Grütze mit Vanille ^{4/17/22} 
13	Do	Fisch mit Apfel- Meerrettich ^{2/17/23} Kartoffeln, Salat ^{8/17}	Obst ⁹
14	Fr	Vegetarischer Bohneneintopf ^{8/17/18} , Brot ²²	Quarkspeise ¹⁷ 
15			
16			
17	Mo	Rinder-Gulasch ^{8/22} , Kartoffeln, Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷
18	Di	Spaghetti mit Tofu-Bolognese ^{18/22} , Salat ^{8/17}	Schoko-Quark-Creme ^{17/19/20/22/29} 
19	Mi	Fischcurry mit Früchten ^{2/17/18/23} , Reis, Salat ^{8/17}	Obst ⁹
20	Do	Putengeschnetzeltes in Senf-Rahm ^{6/17/22/26} , Spätzle ^{19/22} , Salat ^{8/17}	Joghurtcreme ^{1/2/4/17}
21	Fr	Veg. Gemüseragout mit Gnocchi ^{17/22}	Quarkspeise ¹⁷ 
22			
23			
24	Mo	Asiat. Gemüse mit Tofu ^{1/3/22/29} , Reis , Salat	Obst ⁹ 
25	Di	Geb. Sesamkartoffeln ²⁷ Knobi-Quark ^{8/17/18} , Salat ^{8/17}	Vanille-Quark-Creme ^{12/17} 
26	Mi	Vegetarisches Frikassee ^{17/29} , Reis, Salat ^{8/17}	Schwarzwälder Dessert ^{17/19/20/22/29} 
27	Do	Lachs-Spinat-Auflauf ^{8/12/17/18/22/23} , Salat ^{8/17}	Obst
28	Fr	Vegetarischer Möhren-Eintopf ^{17/25} Brot ²²	Mocca Quark ^{13/17} 
29	Sa		
30	So		
31	Mo	Pikantes Hähnchenragout ^{2/8/10/17/19/26} , Zartweizen ²² Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷

 = Speisen mit diesem Zeichen sind vegetarisch

Hinweis: Da in unserem Betrieb bzw. bei unseren Lieferanten auch gluten-, milch-, ei-, sellerie-, erdnuss- und nusshaltige Zutaten verarbeitet werden, kann trotz aller Sorgfalt ein Übergang von Spuren dieser Stoffe nicht völlig ausgeschlossen werden.

Änderungen am Speiseplan bleiben vorbehalten!