

jeden Tag
2 MENÜS
zur Auswahl



DE-ÖKO-007
DE-HH-00084-EG

SPEISEPLAN KW 15

MO

10.04.
Feiertag

DI

11.04.
Rohkost-bio
Knabberrohkost-bio
Gurkenräder-bio
Vollkornmakkaroni-bio
Erbsensauce
Obstkorb-bio

MI

12.04.
Salzkartoffeln-bio
Erbsen-Möhren-Gemüse mit
Knusperdino
Vanillepudding

DO

13.04.
Gemüsekorb-bio
Bulgur-bio
Tofuragout-bio
Obstkorb-bio

FR

14.04.
Rohkost-bio
Knabberrohkost-bio
Linsensalat-bio
Kartoffelbrei
Currydip m.Kichererbsenrösti
Obstkorb-bio

1

Feiertag

Rohkost-bio
Knabberrohkost-bio
Gurkenräder-bio
Weiße Makkaroni-bio
Bolognese-bio
Obstkorb-bio

Rohkost-bio
Knabberrohkost-bio
Rote Beete Salat,bio
Salzkartoffeln-bio
Königsberger Klops-bio in
Kapernsauce-bio
Obstkorb-bio

Gemüsekorb-bio
Weißer Reis
Gemüse-Thai-Curry
Mango-Bananen-Lassie

Rohkost-bio
Knabberrohkost-bio
Linsensalat-bio
Kartoffelbrei m.Currydip
Seelachsfilet oder
Fischnuggets
Kirschflip

2

**Wir kochen bunt
für Hamburgs Zukunft.**
MEHR AUF VOLLMUND.DE



Tel: 040 / 632 997-0
Fax: 040 / 632 997-12
Mail: info@vollmund.de
Web: www.vollmund.de

Gruppe:

BESTELLEN BIS

Dienstag, den 04.04.2023 bis 13:00 Uhr



LMIV-Infos: vollmund.de/LMIV

Tel.: 040 / 632 997-0

Fax: 040 / 632 997-12

Mail: info@vollmund.de

KW 15	MO 10.04.	DI 11.04.	MI 12.04.	DO 13.04.	FR 14.04.
	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
MENÜ 1	Feiertag	Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Gurkenräder-bio 50g		Gemüsekorb-bio 80g <TO,PA,MÖ>	Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Linsensalat-bio 50g <HE,PA,HÜ,VZ,MÖ,SD,KN>
		Vollkornmakkaroni-bio 180g <WZ,GL>	Salzkartoffeln-bio 180g	Bulgur-bio 150g <HE,WZ,MÖ,GL,KN>	Kartoffelbrei 220g <MI>
		Erbssensauce 150g <HE,WZ,HÜ,ZI,MI,MÖ,GL,KN>	Erbesen-Möhren-Gemüse 150g <HE,WZ,HÜ,MI,MÖ,GL,KN>	Tofuragout-bio 150g <HE,WZ,PA,SE,HÜ,SO,ZI,MI,MÖ,GL,KN>	Currydip 60g <OB,WZ,SE,ZI,MI,VZ,GL,SF,EI>
			Knusperdino 1Stk <PA,SE,HÜ,ZI,VZ,MÖ,EI>		Kichererbsenrösti 1Stk <HE,HÜ,SO,ZI,MI,VZ,MÖ,GL,KN>
		Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Vanillepudding 100g <MI,VZ>	Obstkorb-bio 100g <AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>
	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
MENÜ 2	Feiertag	Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Gurkenräder-bio 50g	Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Rote Beete Salat,bio 50g <OB,AD>	Gemüsekorb-bio 80g <TO,PA,MÖ>	Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Linsensalat-bio 50g <HE,PA,HÜ,VZ,MÖ,SD,KN>
		Weiße Makkaroni-bio 180g <WZ,GL>	Salzkartoffeln-bio 180g	Weißer Reis 150g	Kartoffelbrei 220g <MI>
		Bolognese-bio 150g <HE,TO,WZ,RI,VZ,MÖ,GL,KN>	Königsberger Klops-bio in Kap... 1Stk+120g <g,HE,WZ,PA,SE,RI,ZI,MI,MÖ,GL,KN>	Gemüse-Thai-Curry 150g <HE,WZ,PA,ZI,MÖ,GL,SD,KN,KO>	Currydip 60g <OB,WZ,SE,ZI,MI,VZ,GL,SF,EI>
					Seelachsfilet gebraten 1Stk <WZ,PA,FI,GL>
		Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <AN,EB,ZI,KW>	Mango-Bananen-Lassie 100g <OB,AD,ZI,MI>	Kirschflip 100g <OB,ZI,VZ>
Wahl-					Fischnuggets 70g <HE,WZ,FI,MI,GL,SF,EI>
	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:
	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten: