

jeden Tag
2 MENÜS
zur Auswahl



SPEISEPLAN KW 20



DE-ÖKO-007
DE-HH-00084-EG

MO

12.05.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Möhrensalat-pikant-bio
Vollkornspaghetti-bio
Tomatensauce-bio
Obstkorb-bio

DI

13.05.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Rote Beete Salat-bio
Gemüsecremesuppe
Fladenbrot-bio
Obstkorb-bio

MI

14.05.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Karotten-Nuss-Salat-bio
Pellkartoffeln-bio mit
Kräuterquark
Apfel-Möhren-Bratling
Obstkorb-bio

DO

15.05.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Rotkrautsalat-bio
Champignon-Tortellini-
Pfanne
Basilikumsauce
Beerengrütze

FR

16.05.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Gurkensalat in Vinaigrette-
bio
Kartoffelbrei mit Grüner-
Kräuter-Sauce
Tofu-Nussbratling
Obstkorb-bio

1

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Möhrensalat-pikant-bio
Weiße Spaghetti-bio
Broccolisauce
Mandarinenjoghurt

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Rote Beete Salat-bio
Weißer Reis-bio
Königsberger Klops-bio 2 Stk.
in Kapernsauce-bio
Obstkorb-bio

Salzkartoffeln mit Kohlrabi-
Möhren-Gemüse
Rindsbratwurst-bio

Schokomilchshake

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Rotkrautsalat-bio
Nudelsuppe Emma-bio
Dinkel-Kürbiskernbrot-bio
Obstkorb-bio

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio
Gurkensalat in Vinaigrette-
bio
Kartoffelbrei mit Grüner-
Kräuter-Sauce
Fischfrikadelle oder Backfisch
Obstkorb-bio

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 06.05.2025 bis 13:00 Uhr



LMIV-Infos: vollmund.de/LMIV

Tel.: 040 / 632 997-0

Fax: 040 / 632 997-12

Mail: info@vollmund.de

KW 20	MO 12.05.	DI 13.05.	MI 14.05.	DO 15.05.	FR 16.05.
MENÜ 1	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Möhrensalat-pikant-bio 50g <OB,WZ,HÜ,AD,SO,MÖ,GL,KN>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Rote Beete Salat-bio 50g <OB,AD>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Karotten-Nuss-Salat-bio 50g <OB,AD,ZI,MI,NÜ,MÖ>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Rotkrautsalat-bio 50g <SE,AD>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Gurkensalat in Vinaigrette-bio 50g <AD,ZI>
	Vollkornspaghetti-bio 180g <WZ,GL>	Gemüsecremesuppe 300g <WZ,HÜ,MI,MÖ,GL>	Pellkartoffeln-bio 200g	Champignon-Tortellini-Pfanne 250g <HE,WZ,PA,SE,ZI,MI,MÖ,GL,SD,EI,KN>	Kartoffelbrei 220g <MI>
	Tomatensauce-bio 150g <TO,WZ,VZ,MÖ,GL,KN>	Fladenbrot-bio 50g <HE,SS,WZ,GL>	Kräuterquark 60g <WZ,HÜ,SO,ZI,MI,VZ,GL,KN>	Basilikumsauce 120g <WZ,MI,MÖ,GL,KN>	Grüne-Kräuter-Sauce 60g <WZ,SE,ZI,MI,VZ,GL,SF,EI>
			Apfel-Möhren-Bratling 1Stk <OB,HE,SS,WZ,ZI,MI,MÖ,GL>		Tofu-Nussbratling 1Stk <WZ,HÜ,SO,MI,NÜ,VZ,MÖ,GL>
	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Beerengrütze 100g <OB,EB,VZ>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>
MENÜ 2	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Möhrensalat-pikant-bio 50g <OB,WZ,HÜ,AD,SO,MÖ,GL,KN>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Rote Beete Salat-bio 50g <OB,AD>		Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Rotkrautsalat-bio 50g <SE,AD>	Grundportion: Rohkost-bio Knabberrohkost-bio Gurkensalat in Vinaigrette-bio 50g <AD,ZI>
	Weiße Spaghetti-bio 180g <WZ,GL>	Weißer Reis-bio 150g	Salzkartoffeln 180g	Nudelsuppe Emma-bio 300g <WZ,SE,HÜ,MÖ,GL>	Kartoffelbrei 220g <MI>
	Broccolisauce 150g <WZ,MI,MÖ,GL,KN>	Königsb.Klops-bio 2Stk. in Kap... 190g <HE,WZ,PA,SE,RI,ZI,MI,MÖ,GL>	Kohlrabi-Möhren-Gemüse 150g <WZ,SE,MI,MÖ,GL>	Dinkel-Kürbiskernbrot-bio 50g <SS,SO,GL>	Grüne-Kräuter-Sauce 60g <WZ,SE,ZI,MI,VZ,GL,SF,EI>
	Mandarinenjoghurt 100g <OB,AD,ZI,MI,VZ>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Rindsbratwurst-bio 1Stk <RI>		Fischfrikadelle 1Stk <HE,WZ,HÜ,FI,SO,MÖ,GL,KN>
			Schokomilchshake 100g <AD,MI,VZ>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>
Wahl-				Backfisch 1Stk <WZ,FI,MI,VZ,GL,SF>	
	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:
	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten: