

jeden Tag
2 MENÜS
zur Auswahl



DE-ÖKO-007
DE-HH-00084-EG

SPEISEPLAN KW 30

MO

21.07.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gurkenräder-bio

Labskari
Ei-bio

Kirschquark

DI

22.07.
Milchreis
Kirschsaure

Obstkorb-bio

MI

23.07.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gemischter Salat in
Viniagrette-bio

Lauch-Möhrensuppe-bio
Haferreisbrot-bio

Obstkorb-bio

DO

24.07.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Antipasti-bio

Vollkornspirellis-bio
Kräutersauce

Mango-Bananen-Lassie

FR

25.07.
Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Eisbergsalat mit Gurken-bio

Kartoffelbrei
Zitronendip pikant m.Hirse
Käse-Mangold-Bratling

Obstkorb-bio

1

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gurkenräder-bio

Salzkartoffeln-bio mit
Broccoligemüse-bio
Rindsfrikadelle-bio

Obstkorb-bio

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Rotkrautsalat-bio

Nudelauflauf
Petersiliendip

Heidelbeerflip

Salzkartoffeln-bio mit
Buttererbsen-bio
Geflügelbratwurst-bio in
Bratensauce-bio

Obstkorb-bio

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Antipasti-bio

Weißer Spirellis-bio
Tomatensauce mit Huhn-bio

Obstkorb-bio

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Eisbergsalat mit Gurken-bio

Salzkartoffeln mit
Petersiliensauce
Pfannfisch oder Fischnuggets

Kokospudding

2

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



Tel: 040 / 632 997-0

Mail: info@vollmund.de
Web: www.vollmund.de

Gruppe:

BESTELLEN BIS

Dienstag, den 15.07.2025 bis 13:00 Uhr



LMIV-Infos: vollmund.de/LMIV

Tel.: 040 / 632 997-0

Mail: info@vollmund.de

KW 30	MO 21.07.	DI 22.07.	MI 23.07.	DO 24.07.	FR 25.07.
MENÜ 1	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
	Rohkost-bio		Rohkost-bio	Rohkost-bio	Rohkost-bio
	Knabberrohkost-bio		Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio
	Gurkenräder-bio 50g		Gemischter Salat in Viniagrette-bio 50g <PA,MÖ>	Antipasti-bio 50g <VZ,MÖ,KN>	Eisbergsalat mit Gurken-bio 50g <AD,VZ,SF,KN>
	Labskari 300g <HÜ,MI,MÖ>	Milchreis 280g <ZI,MI,VZ>	Lauch-Möhrensuppe-bio 300g <MÖ>	Vollkornspirellis-bio 180g <WZ,GL>	Kartoffelbrei 220g <MI>
MENÜ 2	Ei-bio 1Stk <EI>	Kirschsauce 120g <OB,ZI,VZ>	Haferreisbrot-bio 50g <HE,GL>	Kräutersauce 150g <WZ,MI,MÖ,GL>	Zitronendip pikant 60g <WZ,HÜ,SO,ZI,MI,GL>
	Ei-bio 1Stk <EI>		Veggie BratwurstDer vegan... 1Stk <HÜ>		Hirse-Käse-Mangold-Bratling 1Stk <HE,WZ,HÜ,SO,MI,MÖ,GL>
	Kirschquark 100g <OB,AD,MI>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 130g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Mango-Bananen-Lassie 100g <OB,AD,ZI,MI>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>
	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
	Rohkost-bio	Rohkost-bio		Rohkost-bio	Rohkost-bio
Wahl-	Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio		Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio
	Gurkenräder-bio 50g	Rotkrautsalat-bio 50g <SE,AD>		Antipasti-bio 50g <VZ,MÖ,KN>	Eisbergsalat mit Gurken-bio 50g <AD,VZ,SF,KN>
	Salzkartoffeln-bio 180g	Nudelaufwurf 280g <TO,WZ,PA,HÜ,MI,MÖ,GL,EI>	Salzkartoffeln-bio 180g	Weiße Spirellis-bio 180g <WZ,GL>	Salzkartoffeln 180g
	Broccoligemüse-bio 120g <WZ,MI,MÖ,GL>	Petersiliendip 60g <MI,VZ,KN>	Buttererbsen-bio 150g <HÜ,MI,MÖ>	Tomatensauce mit Huhn-bio 150g <TO,WZ,VZ,MÖ,GL,KN,GE>	Petersiliensauce 120g <WZ,ZI,MI,MÖ,GL>
	Rindsfrikadelle-bio 1Stk <HE,WZ,PA,RI,MI,VZ,GL,SF>		Geflügelbratwurst-bio in Sauce... 1Stk+50g <OB,HE,TO,WZ,PA,SE,VZ,MÖ,GL,KN,GE>	Tomatensauce mit Huhn-bio 150g <TO,WZ,VZ,MÖ,GL,KN,GE>	Kai's Pfannfisch 1Stk <WZ,PA,FI,GL,EI>
	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Heidelbeerflip 100g <OB,ZI,VZ>	Obstkorb-bio 130g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Kokospudding 100g <MI,VZ,KO>
				Tomatensauce 150g <TO,WZ,VZ,MÖ,GL,KN>	Fischnuggets 70g <HE,WZ,FI,MI,GL,SF,EI>
	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:	Bemerkungen:
	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten:	Diäten: