

jeden Tag
2 MENÜS
zur Auswahl



DE-ÖKO-007
DE-HH-00084-EG

SPEISEPLAN KW 13

MO

23.03.

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gemischter Salat in
Vinaigrette-bio

Vollkornmakkaroni-bio
Vegetarische Bolognese-bio

Obstkorb-bio

DI

24.03.

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Rote Beete Salat-bio

Lauch-Möhrensuppe-bio
Sonnenblumenbrot-bio

Obstkorb-bio

MI

25.03.

Salzkartoffeln
Broccoligemüse
Vegetarisches Schnitzel

Obstkorb-bio

DO

26.03.

Gemüsekorb-bio

Vollkornreis-bio
Vegetarisches Gulasch-bio

Obstkorb-bio

FR

27.03.

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gurkensalat in Vinaigrette-
bio

Salzkartoffeln
Ratatouillegemüse
Tofu-Nussbratling

Obstkorb-bio

1

2

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gemischter Salat in
Vinaigrette-bio

Weißer Makkaroni-bio
Käsesauce

Obstkorb-bio

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Rote Beete Salat-bio

Weißer Reis
Königsberger Klops 2 Stk in
Kapernsauce

Mandel-Melonen-Joghurt

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Paprikaschiffe-Bio

Taina's Nudelsalat
Rindswiener-bio m. Ketchup

Apfelcrumbel mit
Vanillesauce

Gemüsekorb-bio

Bulgur-bio
Süßkartoffelragout

Himbeergrütze

Rohkost-bio

Knabberrohkost-bio

Gurkensalat in Vinaigrette-
bio

Kartoffelbrei
Remouladensauce
Fischfrikadelle oder
Backfisch

Obstkorb-bio

**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 17.03.2026 bis 13:00 Uhr



LMIV-Infos: vollmund.de/LMIV

Tel.: 040 / 632 997-0

Mail: info@vollmund.de

KW 13	MO 23.03.	DI 24.03.	MI 25.03.	DO 26.03.	FR 27.03.
	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
MENÜ 1	Rohkost-bio	Rohkost-bio			Rohkost-bio
	Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio			Knabberrohkost-bio
	Gemischter Salat in Vinaigrette-bio 50g <PA,MÖ>	Rote Beete Salat-bio 50g <OB,AD>		Gemüsekorb-bio 80g <TO,PA,MÖ>	Gurkensalat in Vinaigrette-bio 50g <AD,ZI>
	Vollkornmakaroni-bio 180g <WZ,GL>	Lauch-Möhrensuppe-bio 300g <MÖ>	Salzkartoffeln 180g	Vollkornreis-bio 150g	Salzkartoffeln 180g
	Vegetarische Bolognese-bio 150g <TO,WZ,SE,HÜ,SO,VZ,MÖ,GL,KN>	Sonnenblumenbrot-bio 50g <WZ,GL>	Broccoligemüse 150g <WZ,MI,MÖ,GL>	Vegetarisches Gulasch-bio 150g <HE,TO,WZ,PA,SE,HÜ,SO,MI,VZ,MÖ,GL,KN>	Ratatouillegemüse 120g <TO,WZ,PA,MÖ,GL,KN>
			Vegetarisches Schnitzel 1Stk <HE,WZ,SE,HÜ,SO,ZI,MI,GL,EI,KN>		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>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>
	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:	Grundportion:
MENÜ 2	Rohkost-bio	Rohkost-bio	Rohkost-bio		Rohkost-bio
	Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio	Knabberrohkost-bio		Knabberrohkost-bio
	Gemischter Salat in Vinaigrette-bio 50g <PA,MÖ>	Rote Beete Salat-bio 50g <OB,AD>	Paprikaschiffe-Bio 50g <PA>	Gemüsekorb-bio 80g <TO,PA,MÖ>	Gurkensalat in Vinaigrette-bio 50g <AD,ZI>
	Weiße Makkaroni-bio 180g <WZ,GL>	Weißer Reis 150g	Taina´s Nudelsalat 250g <TO,WZ,PA,SE,HÜ,ZI,MI,VZ,MÖ,GL,SF,EI>	Bulgur-bio 150g <WZ,MÖ,GL>	Kartoffelbrei 220g <MI>
	Käsesauce 150g <WZ,MI,MÖ,GL>	Königsb.Klops 2Stk in Kaperns... 190g <HE,WZ,PA,SE,RI,ZI,MI,MÖ,GL>		Süßkartoffelragout 150g <TO,HÜ,ZI,MÖ,KN,KO>	Remouladensauce 60g <WZ,SE,ZI,MI,VZ,GL,SF,EI>
			Rindswiener-bio m. Ketchup 1Stk+20g <TO,SE,RI,VZ,SD>		Fischfrikadelle 1Stk <HE,WZ,HÜ,FI,SO,MÖ,GL,KN>
	Obstkorb-bio 100g <OB,AN,EB,ZI,KW>	Mandel-Melonen-Joghurt 100g <OB,AD,MI,VZ>	Apfelcrumbel mit Vanillesauce 120g <OB,WZ,MI,VZ,GL>	Himbeergrütze 100g <OB,ZI,VZ>	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: