

# 4-Wochen-Speiseplan

# Senioren

# Zeitraum 01.07.2019 bis 26.07.2019

Datum	Speisen	Deklaration	Speisen	Deklaration	Speisen	Deklaration	Speisen	Deklaration			
Montag 01.07.(I)S	Gulasch (v. Rind)	A1, G, L	08.07.(I)S	Schinkennudeln in	A1	15.07.(I)S	Geb. Hähnchenbrust	G	22.07.(I)S	Putengeschnetzeltes	A1, G, L
	Petersilienkartoffeln	G		Käse-Sahne-Sauce	G, L		Rosmarienkartoffeln	G		Kokos-Curry-Sauce	
	Gurkensalat	L, M		Salat	L, M		Salat	L, M		Reis	G
	Fruchtjoghurt	G		Fruchtquark	G		Beerenquark	G		Schokopudding	G
Dienstag 02.07.(I)S	Käseknacker	G, 3,4	09.07.(I)S	Kartoffel mit Kräuter-	G	16.07.(I)S	Hackfleischröllchen	A1, C, G, L	23.07.(I)S	Tafelspitz	
	Kartoffelsalat	L, M		quark garniert mit			vom Rind			Meerrettichsauce	A1, G, L
	Tomatensalat	L, M		Schinkenwürfel	2,3		Paprikareis	G, L		Petersilienkartoffeln	G
	Wassermelone			Rohkost			Tzatziki	G		Gemüse	G
Mittwoch 03.07.(I)S	Tomaten-Orang.-Suppe	A1, G, L	10.07.(I)S	Pan. Seelachsfilet	A1, C, G	17.07.(I)S	Minestrone	L	24.07.(I)S	Spaghetti mit	A1, C, G
	Reisaufguss	C, G		Kartoffelsalat	L, M		Rohrnudeln	A1, C, G		Rinderhackfleischs.	A1, C, L
	Kompott			Tomatensalat	L, M		Vanillesauce	G		Salat	L, M
				Obst						Obst	
Donnerstag 04.07.(I)S	Käsespätzle	A1, C, G	11.07.(I)S	Kalbsrahmbraten	A1, G, L	18.07.(I)S	Cordon-Bleu (Pute)	A1, C, G, 2,3	25.07.(I)S	Pfannkuchensuppe	A1, C, G, L, M
	Salat	L, M		Bandnudeln	A1, G		Kartoffelsalat	L, M		Kaiserschmarrn	A1, C, G
				Broccoli	G					Apfelmus	3
	Obst			Wassermelone			Obst				
Freitag 05.07.(S)	Serviettenknödel	A1, A2, C	12.07.(S)	Tortellini	A1, C, G, L	19.07.(S)	Backerbsensuppe	A1, C, G, L	26.07.(S)	Lasagne	A1, C, G, L
	Rahmschwammerl	A1, G		Pestosauce	G, H		Kartoffeltaschen	G		Salat	L, M
				Salat	L, M		Salat	L, M			
	Stracciatellajoghurt	G		Obst			Joghurt	G		Obst	

Wir achten beim Einkauf auf regionale Vermarktung. Wir kaufen Obst teilweise biologisch und Kartoffeln beim Bauern. In unseren Wurstwaren können Phosphat, Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe enthalten sein. Änderung des Speiseplans vorbehalten. Wir informieren über deklarationspflichtige Hauptallergene, nicht über Spuren.

**Das Essen bitte 2 Tage vorher bestellen!**

**Nachbarschaftshilfe Inning e.V. - 82266 Inning, Enzenhofer Weg 9 - Tel.: 08143/7335**

**Geschirr bitte vorspülen und zur Abholung bereitstellen!**

- A glutenhaltiges Getreide
- A1 Weizen
- A2 Roggen
- A3 Gerste
- A4 Hafer
- A5 Dinkel
- A6 Kamut und Hybristämme

- B Krebstiere
- C Ei
- D Fisch
- E Erdnuss
- F Soja
- G Milch oder Laktose

- H Schalenfrüchte
- H1 Mandeln
- H2 Haselnüsse
- H3 Walnüsse
- L Sellerie

- M Senf
- N Sesam
- O Sulfite
- P Lupinien
- R Weichtiere

### Zusatzstoffe

- 1 mit Farbstoff
- 2 mit Konservierungsstoff
- 3 mit Antioxidationsmittel
- 4 mit Geschmacksverstärker
- 5 geschwefelt
- 6 geschwärzt
- 7 gewachst
- 8 mit Phosphat
- 9 mit Süßungsmittel (n)