

Waldorfkindergarten Wall am Kiez

Mai

Mo	04.05.26	Bunte Nudeln ^{glw} mit Frischkäse-Kräutersoße ^m , Obst
Di	05.05.26	Grüne-Bohnen-Sojahackpfanne ^{so,m} mit Kartoffeln, Knabberrohkost mit Dip
Mi	06.05.26	Knödel ^{glw,e} mit Tomatensoße ^{sl} und Reibekäse ^m , Obst
Do	07.05.26	Rote Linseneintopf ^{sl} mit Leinsaatbrot ^{glw,glr} , Quark ^m mit Rhabarberkompott
Fr	08.05.26	Gemüestäbchen ^{glw} mit Zitronensoße ^m und Reis, Grüner Salat ^{sn}
Mo	11.05.26	Penne ^{glw} mit Brokkolisahnesoße ^m , Obst
Di	12.05.26	Seitanragout ^{glw} mit Apfel-Möhren-Soße ^m , dazu Reis, Knabberrohkost mit Dip ^m
Mi	13.05.26	Kartoffel-Möhrenbrei ^m mit Ofenblumenkohl und Bohrencrunch ^{glw} , Obst
Do	14.05.26	FEIERTAG
Fr	15.05.26	Brückentag
Mo	18.05.26	Spirelli ^{glw} mit Grünkernbolognese ^{gld} und Reibekäse ^m , Obst
Di	19.05.26	Grünkernbratling ^{glw,e} mit Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffelbrei ^m , Knabberrohkost mit Dip ^m
Mi	20.05.26	Kartoffeltortilla ^{m,e} mit Zitronen-Dilldip ^m und Gewürzgurken ^{sn} , Obst
Do	21.05.26	Tomatensuppe ^{m,sl} mit Reis, Sesambrot, Vanillepudding ^m mit Fruchtsoße
Fr	22.05.26	Gemüse in Currysoße und Bulgur ^{glw} , Linsensalat ^{sn}
Mo	25.05.26	FEIERTAG
Di	26.05.26	Tofuwurstgulasch ^{so} mit Penne ^{glw}
Mi	27.05.26	Süßer Polentabrei ^m mit Apfelmus und Zimtucker, Obst
Do	28.05.26	Möhreneintopf mit Hirse, Baguette ^{glw} , Tomaten-Gurken-Salat
Fr	29.05.26	Zucchini mit Tomaten-Käse-Haube ^m und Reis, Grüner Salat ^{sn}

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen, kennzeichnen folgende Abkürzungen die entsprechenden Allergene: gl - Gluten (Weizen glw, Roggen glr, Hafer glh, Dinkel gld, Gerste glg), e - Ei, so - mit Soja, m - mit Milch und Laktose, sl - Sellerie, sn - Senf, sm - Sesam, n - Schalenfrüchte (Mandel nm, Haselnuss nh, Walnuss nw, Cashewnuss nc, Pecannuss npe, Paranuss npa, Pistazie npi, Macadamianus nm u. Queenslandnuss nq), en - Erdnüsse, f - Fisch, k - Krebstiere, w - Weichtiere, sch - Schwefeldioxid/ Sulfite, l - Lupinen. Alle Speisen können jedoch Spuren von Allergenen enthalten.

Alle Zutaten stammen aus kontrolliert ökologischer Landwirtschaft. DE-ÖKO-070 Kontrollstelle

*Der Fisch stammt teilweise aus nachhaltigem Wildfang und ist mit dem MSC-Siegel (Marine Stewardship Council) zertifiziert. Die verarbeiteten Lebensmittel sind frei von deklarierungspflichtigen Zusatzstoffen, wie Geschmacksverstärkern, Farbstoffen u.a. **Bitte beachten Sie, dass in dem von uns zubereiteten Fisch trotz größter Sorgfalt, Gräten enthalten sein können.**

Eventuelle Änderungen ergeben sich, wenn Gemüse-/Obstsorten oder andere Zutaten im Biohandel nicht erhältlich sind.

Die Allergenkezeichnung entnehmen Sie bitte der ausgelegten Liste in Ihrer Einrichtung.

