



KW 5 / 2026

26.01.2026 – 30.01.2026

MONTAG

Penne _(gw) mit Linsenbolognese _(i, gh)

Zitronenjoghurt _(m)

DIENSTAG

Gebackene Fischstäbchen (MSC Seelachsfilet) _(gw, f) mit Kartoffelpüree _(m)

Veg. Alternative: Gemüsestäbchen _(i, e, m, gw) mit Kartoffelpüree _(m)

Gemüsekiste

MITTWOCH

Rinderhackfleischtopf mit Mais und Kidney Bohnen _(m, i)

dazu Langkornreis

Veg. Alternative: Chili sin Carne _(i, gd, gk, gh) mit Langkornreis

Obstkiste

DONNERSTAG

Brokkolicremesuppe _(m, i)

Quarkauflauf mit Dinkelgrieß _(gw, gd, e, m) und Pfirsichkompott

FREITAG

Kartoffelrösti mit Kräuterquark _(m)

Saisonaler Blattsalat aus dem Knoblauchsland mit Chefdressing _(sn, i)

Hinweis: Aufgrund der aktuellen Marktsituation kann es zu Änderungen einzelner Speisen kommen.
Wir versuchen immer eine vergleichbare Alternative zu liefern.

Allergene: g = Gluten
gw = Weizen
gg = Gerste
gd = Dinkel

gh = Hafer
gr = Roggen
m = Milch
f = Fisch

sn = Senf
sj = Soja
sm = Sesam
gk = Grünkern

i = Sellerie
e = Ei



DE-ÖKO-037