Rent a Cook

Speiseplan

Menüs mit Bio-Komponenten / DE-ÖKO-013

KW 46 09.11.2026 bis 13.11.2026	Menü 1	Menü 2	SALATBAR
Montag	4 Geflügelhackbällchen in Paprikasoße, dazu Kartoffeln, und Rohkostsalat (Vinaigrette)  (10a, 12, 16, 19, 21, 24)	5 Vegetarische Bällchen in Paprikasoße, dazu Kartoffeln und Rohkostsalat (Vinaigrette)  (10a, 15, 18, 21, 24)	Bunter Salat mit verschiedenen Toppings & Dressing nach Wahl
	Obst		
Dienstag	Chili con Carne (Rinderhack, Paprika, Mais, Kidneybohnen) mit BIO-Reis und Sauerrahm  (16, 24)	Chili sin Carne (Sojahack, Paprika, Mais, Kidneybohnen) mit BIO-Reis und Joghurtdip  (10c, 15, 16, 18, 21, 24)	Bunter Salat mit verschiedenen Toppings & Dressing nach Wahl
	Obst		
Mittwoch	Erbsensuppe mit Geflügel-Wiener Würstchen und Brötchen  (10a, 16, 18, 24)	Vegetarische Gyrospfanne (aus Soja, Paprika, Kohlrabi und Möhren) mit Vollkornreis, dazu Tzatziki  (15, 16, 19, 21, 24)	Bunter Salat mit verschiedenen Toppings & Dressing nach Wahl
	Vanillepudding (16)		
Donnerstag	Hühnerfrikassee mit Karotten und Erbsen, dazu Reis  (16, 24)	Gemüsefrikassee (Kohlrabi, Karotten und Erbsen) mit Reis  (16, 18, 24)	Bunter Salat mit verschiedenen Toppings & Dressing nach Wahl
	Kirschjoghurt (16)		
Freitag	Fischburger aus Lachs (Paniert) mit Gemüse (Tomate, Gurke, Eisberg Salat) und Cocktail Soße, dazu kleine Ofenkartoffeln  (10a, 12, 13, 16, 20, 21)	Broccoli-Kartoffel-Gratin mit Gouda überbacken  (12, 16)	Bunter Salat mit verschiedenen Toppings & Dressing nach Wahl
	Obst		

Aufgrund der Vielzahl der in unserer Küche verwendeten Lebensmittel können in all unseren Speisen Spuren der 14 Hauptallergene enthalten sein.(Wir verarbeiten in unseren Speisen in keiner Weise Schweinefleisch sondern Rind und Geflügel)Kennzeichnung der Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßmittel,(6) mit Phosphat, (7) geschwefelt, (8) Säurungsmittel, (9) Emulgatoren, (10) Glutenhaltiges Getreide davon (10a) Weizen, (10b) Hafer, (10c) Gerste, (10d) Roggen, (10e) Dinkel, (10f) Kamut, (11) Krebstiere, (12) Eier, (13) Fische, (14) Erdnüsse, (15) Sojabohnen, (16) Milch, (17) Schalenfrüchte davon (17a) Mandeln, (17b) Haselnüsse, (17c) Walnüsse, (17d) Kaschunüsse, (17e) Pecannüsse, (17f) Paranüsse, (17g) Pistazien, (17h) Macadamianüsse, (18) Sellerie, (19) Senf, (20) Sesamsamen, (21) Schwefeldioxid und Sulphite (22) Lupine, (23) Weichtiere (24) Hülsenfrüchte