

Viel Frische, viel Bio, viel lecker.

**leckerbiss**

Mittagstisch & Catering

Grundschule

www.lecker-biss.de

Speisekarte vom

03.10.2022 - 07.10.2022

Montag	Feiertag		
	0 kcal, 0 g KH,	0 kJoule, 0 g GsFs,	0 g Eiweiß, 0 g Salz, 0 g Fett, 0 g KMD
<b>Dienstag</b>	<b>Bio-Lasagne mit Bio-Sojabolognese,</b>	a/a1/c/f/g	<b>Bio-Lasagne Bolognese,</b>
	<b>dazu Bio-Obst</b>		<b>dazu Bio-Obst</b>
	316 kcal, 44 g KH,	1323 kJoule, 4 g GsFs,	11 g Eiweiß, 5 g Salz, 10 g Fett, 11 g KMD
			240 kcal, 27 g KH,
			1005 kJoule, 3 g GsFs,
			14 g Eiweiß, 0 g Salz, 10 g Fett, 11 g KMD
<b>Mittwoch</b>	<b>Kaiserschmarrn mit Vanillesauce,</b>	a/c/f'/g/j'	
	<b>dazu Bio-Rohkost</b>	1/2/g	
	581 kcal, 78 g KH,	2083 kJoule, 4 g GsFs,	16 g Eiweiß, 1 g Salz, 10 g Fett, 37 g KMD
<b>Donnerstag</b>	<b>Knusprige Gemüsestäbchen mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln, dazu Bio-Zitronenquark</b>	a/a1/c/g g/i'	<b>Seelachsfilet mit Tomaten-Kräuterkruste mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln, dazu Bio-Zitronenquark</b>
	374 kcal, 61 g KH,	1569 kJoule, 2 g GsFs,	380 kcal, 58 g KH,
		11 g Eiweiß, 1 g Salz, 9 g Fett, 13 g KMD	1594 kJoule, 2 g GsFs,
			15 g Eiweiß, 1 g Salz, 9 g Fett, 12 g KMD
<b>Freitag</b>	<b>Bio-Kartoffel-Lauch-Suppe, dazu Bio-Baguette</b>	a/a1/a4 j a1'/a2'/a3'/a4'	<b>Bio-Vanille-Pudding</b>
	572 kcal, 70 g KH,	1593 kJoule, 3 g GsFs,	11 g Eiweiß, 2 g Salz, 10 g Fett, 14 g KMD
<p>Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff, 2 mit Konservierungsstoff            Allergene: a Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, a1 Weizen und Weizenerzeugnisse, a2 Roggen und Roggenerzeugnisse, a3 Gerste und Gersteezeugnisse, a4 Hafer und Hafererzeugnisse, a5 Dinkel und Dinkelerzeugnisse, a6 Khorasan-Weizen (Kamut), c Eier und -erzeugnisse, d Fisch und -erzeugnisse, f Soja und -erzeugnisse, g Milch und -erzeugnisse, i Sellerie und -erzeugnisse, j Senf und -erzeugnisse ( ' = Allergene können in Spuren enthalten sein)</p>			



mit Schwein



mit Rind



mit Geflügel



mit Fisch



mit Lamm/Schaf



mit Wild



vegetarisch



enthält Lactose



mit Ei



mit Gluten



vegan



DE-ÖKO-006



**Wir wünschen einen guten Appetit!**

**leckerbiss GmbH**

Geschäftsführer: Stefan Baeßler  
 HRB Bremen, Nr. 32714  
 Ust-IdNr. DE313768784