














Speisekarte vom
13.12.2021 - 17.12.2021

Montag	Bio Penne mit Vegetarische Carbonara und Hartkäse gerieben	a/a1 g c/g	
	dazu Fruchtquark Zimt-Pflaume	g	
		 	
	543 kcal, 77 g KH,	2287 kJoule, 8 g GsFs,	27 g Eiweiß, 3 g Salz, 13 g Fett, 9 g KMD
Dienstag	Gemüse Kisch mit Bio Tomaten Rahm Sauce	a/a1/c/g/i j	Putenschinken und Käse Kisch mit Bio Tomaten Rahm Sauce
	und Bio Gurkensalat	j	und Bio Gurkensalat
		 	 
	472 kcal, 30 g KH,	1963 kJoule, 8 g GsFs,	20 g Eiweiß, 10 g Salz, 28 g Fett, 6 g KMD
			476 kcal, 19 g KH,
			1983 kJoule, 13 g GsFs,
			17 g Eiweiß, 9 g Salz, 35 g Fett, 3 g KMD
Mittwoch	Bio Kürbissuppe mit Kräutercroutons und Kürbiskerne	g a/a1	
	dazu Bio Creme Brulee	c/g	
		 	
	374 kcal, 32 g KH,	1558 kJoule, 5 g GsFs,	8 g Eiweiß, 0 g Salz, 23 g Fett, 7 g KMD
Donnerstag	Gemüse-Rösti mit Bio Kräuterquark und Bio Kartoffel Lauch Gemüse	a/a1/c g	Backfisch mit Remoulade und Bio Kartoffel Lauch Gemüse
	dazu Bio Obst		dazu Bio Obst
		 	 
	157 kcal, 23 g KH,	660 kJoule, 1 g GsFs,	9 g Eiweiß, 0 g Salz, 3 g Fett, 8 g KMD
			315 kcal, 25 g KH,
			1314 kJoule, 1 g GsFs,
			12 g Eiweiß, 1 g Salz, 18 g Fett, 8 g KMD
Freitag	Linsencurry mit Bio Basmatireis	4/a/i k'	
	dazu Softkuchen	a/a1/c/f/g	
			
	468 kcal, 63 g KH,	1957 kJoule, 15 g GsFs,	9 g Eiweiß, 5 g Salz, 19 g Fett, 14 g KMD

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff, 2 mit Konservierungsstoff, 4 mit Antioxidationsmittel, 9 mit Süßungsmittel(n), 14a mit einer Zuckerart und Süßungsmittel
Allergene: a Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, a1 Weizen und Weizenerzeugnisse, c Eier und -erzeugnisse, d Fisch und -erzeugnisse, f Soja und -erzeugnisse, g Milch und -erzeugnisse, i Sellerie und -erzeugnisse, j Senf und -erzeugnisse, k Sesamsamen und -erzeugnisse
(' = Allergene können in Spuren enthalten sein)



Wir wünschen einen guten Appetit!



DE-ÖKO-006



leckerbiss GmbH

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