

Mittagstisch 25.03 bis 29.03  
Osterferienakademie Woche 1

## Montag

Schupfnudeln (aw,c) an Tomaten-Ricotta-Soße (g)  
Oder  
Schupfnudeln (aw,c) an Käserahmsoße (g)  
Gurkensalat (i,j)/Obstkorb

## Dienstag

Nudeln (aw) an Linsenbolognese  
Oder  
Nudeln (aw) an Tomaten-Soße  
Schokoladenpudding/Obstkorb

## Mittwoch

Gebratener Reis mit Juliennegemüse und Ei (c,f)  
Oder  
Reis an Gemüse-Rahm-Soße (g)  
Gem. Salat (i,j)/Obstkorb

## Donnerstag

Kartoffelgulasch mit Brot (awdr)  
Oder  
Kaiserschmarrn mit Apfelmus (l)  
Rohkost/Obstkorb

## Freitag

Kartoffel-Lauch-Gratin (g)  
oder  
Salzkartoffeln mit Kräuter-Quark-Dip (g)  
Gurkensalat (i,j)/Obstkorb

Guten Appetit

<p><b>a</b> Glutenhaltige Getreide</p> <p>aw=Weizen, ad=Dinkel, ar=Roggen, ag=Gerste/Grünkern, ah=Hafer, ae=Einkorn/Emmer, ak=Kamut, at=Triticale</p>	<p>Weizen, Gerste, Hafer, Roggen, Dinkel, Grünkern, Einkorn, Emmer, Kamut, Triticale (Hybrid aus Weizen und Roggen)</p> <p>Aus o.g. Getreide hergestellten Nahrungsmittel und Backwaren: Stärke, Mehl, Dinst, Grieß, CousCous, Polenta (ausgenommen aus Maisgrieß), Graupen, Flocken, Kleie, Schrot, Bulgur, Weizenkeimlinge b</p>
<p><b>b</b> Krebstiere und Krebserzeugnisse</p>	<p>Krebse, Garnelen, Langusten, Hummer, Scampi, Krabben und deren Erzeugnisse</p>
<p><b>c</b> Eier und Eierzeugnisse</p>	<p>Hühnereier, auch Eier von Gans, Pute, Wachtel, Taube, Strauß</p> <p>Eigelb, Eiklar, Eischnee, Flüssigei, Eipulver, Gefrierei, Substanzen und Lebensmittel mit der Vorsilbe ovo(- Ei): Ovozym, Ovomuroid; Lysozym, Simplese, E322 (Lecithin Ei), E 1105 (Lysozym Ei), Globulin etc.</p>
<p><b>d</b> Fisch und Fischerzeugnisse</p>	<p>Alle Sorten Fisch: roh, zubereitet und als Konserve (Kaviar)</p>
<p><b>e</b> Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse</p>	<p>Erdnüsse, Erdnussöl (auch als Frittierfett), Erdnussbutter, -paste, -mark</p>
<p><b>f</b> Soja und Sojaerzeugnisse</p>	<p>Sojabohne, Sojamehl, Sojagrieß, Sojamilch, Sojadesserts, nicht raffiniertes Sojaöl, Sojalecithin (E322), Sojabohnen-Polyose (E426), Sojaeiweiß, Tofu, Miso, Tempeh, Sojasprossen</p>
<p><b>g</b> Milch und Milcherzeugnisse</p>	<p>Milcheiweiß, Milcheiweißhydrolysate, Casein, Molkeprodukte, Laktalbumin, Laktoglobulin, Laktose, Simplese, Milch, Milchpulver, Molke, Sahne/Rahm/Obers, Schmand/sauerrahm, Creme fraiche, Buttermilch, Dickmilch, Kondensmilch, Joghurt, Käse, Quark/Topfen, Butter, Butterschmalz</p>
<p><b>h</b> Schalenfrüchte (Nüsse)</p>	<p>Mandeln, Walnüsse, Haselnüsse, Cashewkerne, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss</p>
<p><b>i</b> Sellerie und Sellerieerzeugnisse</p>	<p>Sellerieknolle, Selleriesalat, Stangensellerie, oder Bleichsellerie, Sellerieblatt, -saft, samen, Gemüsesäfte mit Sellerie, Selleriesalz</p>
<p><b>j</b> Senf und Senferzeugnisse</p>	<p>Senfsaat, Senföl, Senfsprossen, Senfblatt, blüten und Körner, Mosert, Mostrich</p>
<p><b>k</b> Sesam und Sesamsamenerzeugnisse</p>	<p>Sesamsaat, Sesamöl, -paste (Tahin), -butter, - mehl, -salz (Gomasio)</p>
<p><b>l</b> Schwefeldioxide und Sulfite (in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder mg/l)</p>	<p>E220-E228: Schwefeldioxid und Salze der schwefeligen Säure</p>
<p><b>m</b> Lupine</p>	<p>Lupine, Lupineprotein, Lupineneiweißkonzentrat, Lupinenmehl, Lupinensprossen</p>
<p><b>n</b> Weichtiere</p>	<p>Muscheln (Venus-, Mies-, Kamm-, Jakobsmuscheln und Austern), Schnecken, Seeigel, Tintenfisch, Kraken</p>