

Speiseplan in Leichter Sprache

Allergene in **roter** Schrift

Vom 20.07.2026 bis 24.07.2026

KW 30

Montag 20.07.
Tages-Gericht



Paprikapfanne mit Hackfleisch (**10**)
und Reis

Dienstag 21.07.
Tages-Gericht



Indischer Kokos-Curry-Wok (**11**)
mit Nudeln (**2a**)

(Wok ist die Pfanne, in der man das Gericht
macht)

Mittwoch 22.07.
Tages-Gericht



Geflügel-Rahm-Frikassee (**8, 10**)
mit Reis

Donnerstag 23.07.
Tages-Gericht



Bunte Gemüsepfanne vom Wochenmarkt (**8**)
mit Kartoffeln

Freitag 24.07.
Tages-Gericht



Käse-Rahmsauce (**8, 10**)
mit Nudeln (**2a**)



Infos zu Inhaltsstoffen und Allergenen finden Sie auf Seite 2 und 3

Allergene

Diese Info gehört zum Speiseplan.

Auf dem Speiseplan stehen **rote** Zahlen.

Die **roten** Zahlen stehen hinter den Zutaten vom Essen.

Die **roten** Zahlen zeigen:

In diesem Essen sind Allergene.

Allergene sind Stoffe, die Allergien auslösen können.

Jede Zahl steht für ein anderes Allergen.

Hier ist die Liste mit den Zahlen und den Allergenen:



Gluten aus (2a) Weizen, (2b) Roggen, (2c) Gerste, (2d) Hafer,
(2e) Dinkel, (2f) Kamut



(3) Krebs-Tiere



(4) Eier



(5) Fische



(6) Erdnüsse



(7) Soja



(8) Milch und Laktose

Laktose ist Milch-Zucker.

Sie ist in Milch und Milch-Produkten.



(9a) Haselnüsse, (9b) Walnüsse, (9c) Mandeln,
(9d) Cashewnüsse, (9e) Pistazien



(10) Sellerie



(11) Senf



(12) Sesam



(13) Schwefel-Dioxid und Sulfite

Das sind Zusatz-Stoffe im Essen.

Sie machen das Essen länger haltbar.



(14) Lupinen

Wichtiger Hinweis:



In allen Lebensmitteln können kleine Reste sein von:

-  Gluten
-  Erdnüssen
-  Nüsse

Das kann passieren, weil verschiedene Lebensmittel
in derselben Fabrik hergestellt werden.

Oder weil sie im gleichen Lager gelagert werden.

Wichtige Info



Alle Lebensmittel kommen aus ökologischer Erzeugung.

Ökologisch heißt: Die Lebensmittel sind Bio.



Der Fisch kommt immer aus Wild-Fang.

Der Fisch ist aus dem Meer oder aus Flüssen.