

Speiseplan in Leichter Sprache

Allergene in **roter** Schrift

Vom 19.10.2026 bis 23.10.2026

KW 43

Montag 19.10.
Tages-Gericht



Asia-Hähnchen-Pfanne (**7**)
mit Reis

Dienstag 20.10.
Tages-Gericht



Ofen-Kartoffeln
mit Kräuterquark (**8**)

Mittwoch 21.10.
Tages-Gericht



Bolognese Soße mit Rinderhack (**10**)
und Nudeln (**2a**)

Donnerstag 22.10.
Tages-Gericht



Florentiner Bohnen-Pfanne
mit Kartoffeln

(Die Bohne-Pfanne ist mit Mangold.
Mangold ist ein bisschen wie Spinat.)

Freitag 23.10.
Tages-Gericht



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



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.