Speiseplan in Leichter Sprache

Teilhabe Wetterau

Allergene in roter Schrift

Vom 09.11.2026 bis 13.11.2026 KW 46

Montag 09.11. Tages-Gericht	VEGGY	Überbackene Käsespätzle (**2a**, **4**, **8**) mit Röst-Zwiebeln
Dienstag 10.11. Tages-Gericht	VEGGY	Feine Champignons in Sahnesoße (**8**) mit Semmelknödel (**2a**, **4**)
Mittwoch 11.11. Tages-Gericht		Ungarischer Puten-Gulasch (**8**) mit Nudeln (**2a**)
Donnerstag 12.11. Tages-Gericht	VEGGY	Vegetarische Gemüse-Bolognese (**10**) mit Spaghetti (**2a**)
Freitag 13.11. Tages-Gericht	VEGGY	Kartoffeln aus dem Ofen mit Kräuterquark (**8**)

BIO nach EG-Öko-Verordnung

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.