

Vesperplan vom 14.09.- 18.09.26

Montag: **Reiswaffeln mit süßem Aufstrich(m,n,a,j), Obst**

rice waffles with sweet spread, fruits

Dienstag: **Cornflakes(a,j,m,k), Obst**

breakfast cereals, fruits

Mittwoch: **Schwarzbrot(6,a,b,d) mit Kräuterquark(k), Gemüse**

bread with herbed quark, vegetables

Donnerstag: **Vanillequark(k) mit Topping, Obst**

vanilla quark with topping, fruits

Freitag: **Kuchen(a,g,k), Obst**

cake, fruits

Änderungen Vorbehalten!

1-Farbstoffe,2-Konservierungsstoffe,3-Antioxidationsmittel,4-Geschmacksverstärker,
5-geschwefelt,6-geschwärzt,7-gewachst,8-mit Phosphat,9-mit Süßungsmitteln,10-enthält
Phenylalaninquelle,11-kann bei übermäßigem Verzehr abführend,12-koffeinhaltig,
13-chininhaltig

a-enthält Weizen, b-enthält Roggen, c-enthält Dinkel, d-enthält Gerste, e-enthält Hafer,
f-enthält Krebstiere, g- enthält Eier, h-enthält Fisch, i- enthält Erdnüsse, j-enthält
Sojabohnen, k-enthält Milch, l- enthält Mandeln, m- enthält Erdnüsse, n-enthält Walnüsse,
o- enthält Pistazien, p- enthält Macadamianüsse, q- enthält Cashewkerne, r- enthält
Pekannüsse, s- enthält Paranüsse, t-enthält Sellerie, u- enthält Senf, v-enthält Sesamsamen,
w-enthält Lupinen, x- enthält Weichtiere, y- enthält Schwefeldioxid und Sulfite