

**Gemeinschaftsverpflegung Asenbrunner**  
**Frisch gekocht mit Qualität und Herz**  
**Speiseplan der Kalenderwoche 02 von 11.01.2021 bis 15.01.2021**

**DER LACHS**

Lachs ist ein Wanderfisch mit guter Kondition. Er schwimmt zum Laichen Flüsse gegen den Strom hinauf und bezwingt dabei sogar kleine Wasserfälle.

**SCHON GEWUSST ...**

... dass der Lachs trotz der Strapazen seiner Wanderung flussaufwärts bis zu 100 Kilometer pro Tag schafft? Als wäre das nicht schon kräftezehrend genug, nimmt er während der gesamten Reise keinerlei Nahrung zu sich!

Charakteristisch ist sein silbrig glänzender, dunkelgrauer Rücken, der helle Bauch und natürlich das typisch orangefarbene Fleisch. Die Farbe der Lachse ändert sich im Laufe ihres Lebens. Jungfische sind an den roten Flecken auf ihrem Körper erkennbar und werden Blanklachse genannt. Lachse werden maximal 1,50 Meter lang und 35 Kilogramm schwer.

**Montag 11.01.**

 **Menü 1**

Spaghetti, Bolognese Sauce, Salat

Gluten-Tomate-Senf-Sellerie

\*\*\*\*\*

Schokoladenpudding

Milchweiß-Lactose

 **Menü 2**

Gemüsecurry, Duftreis, Salat

Gluten-Milchweiß-Senf-Sellerie

\*\*\*\*\*

Schokoladenpudding

Milchweiß-Lactose

**Dienstag 12.01.**

**Menü 1**

Backerbsensuppe

Ei-Sellerie-Gluten

\*\*\*\*\*

Grießbrei mit selbstgemachtem Apfelmus

Gluten-Milchweiß-Lactose

 **Menü 2**

Backerbsensuppe


Ei-Sellerie-Gluten

\*\*\*\*\*

Kohlrabi-Karotten-Gratin, Salat


Milchweiß-Lactose-Senf- Sellerie

**Mittwoch 13.01.**

 Hähnchenkeule mit Soße, Reis, Erbsen

Gluten-Milchweiß

**vegetarisch**

 Ebly Pfanne mit Gemüse, Fetakäse, Salat

Gluten-Milchweiß-Senf-Sellerie-Tomate

\*\*\*\*\*

Obst der Saison

**Donnerstag 11.01.**

 **Menü 1**

frischer Lachs (nachhaltiger Fischfang), Rahmsauce, Vollkornnudel, bunter Salat

Senf-Sellerie-Gluten-Milchweiß

\*\*\*\*\*

Frisches Obst

**Menü 2**


kleine Kartoffelknödel mit Tomatengemüseragout, bunter Salat

Gluten-Senf-Sellerie

\*\*\*\*\*

Frisches Obst

**Freitag 12.01.**

 Hackbraten, Vollkornreis, Gemüse

Schweinefleisch-Gluten-Ei-Senf-Milchweiß

**vegetarisch**


 Gemüse Strudel, Kartoffel, Gurkensalat

Gluten-Ei-Senf-Sellerie

\*\*\*\*\*

Fruchtjoghurt

Milchweiß-Lactose

Änderungen vorbehalten. © Allergen und Inhaltstoffe der Wurstwaren liegen in der Einrichtung aus.  
 Der grüne  Punkt markiert die Essensempfehlung. „Der Deutschen Gesellschaft für Ernährung“ DGE



Für unsere vegetarischen Essenskinder bieten wir immer das vegetarische Menü an, oder ersetzen das Fleisch mit Tofu verschiedenen Gemüsen und Kohlehydraten.

**Wir bitten für unsere Planung um die Essensbestellung bis Mittwoch-Mittag, besonders bei Menüwahl.**

Die Zahlen zeigen keine Zusatzstoffe, sondern nur **Allergien** und **Unverträglichkeiten** an.

- 01.Fisch-Allergie
- 02.Huhn-/Hühnerrei-Allergie
- 03.Laktose-Intoleranz
- 04.Milcheiweiß-Allergie
- 05.Nuss-Allergie
- 06.Erdnuß-Allergie
- 07.Krusten-/Schalen- und Weichtier-Allergie
- 08.Schwefel-Natriumnitrit- Sulfit-Pökelsalz-Allergie
- 09.Sellerie-Allergie
- 10.Senf-Allergie
- 11.Sesam-Allergie
- 12.Soja-Allergie
- 13.Weizen- Allergie / Zöliakie – Gluten-Unverträglichkeit
- 14.Lupinen-Allergie
- 15.
16. Kartoffel Unverträglichkeit
17. Tomaten und Paprika Unverträglichkeit
18. Vegetarisches Gericht
19. Fleischgericht
20. Fischgericht
21. Schweinefleisch
22. Vegan
- 23.Apfel-/Rote Beete-/Kokos-/Ananas-/Banane- /Pilze-/Zitrusfrucht Unverträglichkeit

**Die Menüs können Spuren von allen Allergenen enthalten!**

Die Erklärung für die Allergiker essen liegt für die betroffenen Kinder täglich mit Lieferschein bei.

[Gemeinschaftsverpflegung Asenbrunner](#)

Tel. 08104/392 oder 08104-6496370

Fax 08104/649701

E-Mail [gabrieleasenbrunner@gmail.com](mailto:gabrieleasenbrunner@gmail.com)

Wir sind telefonisch von Mo-Fr von 6<sup>00</sup> bis 15<sup>00</sup> erreichbar oder kurze Nachricht auf AB wir rufen zurück.