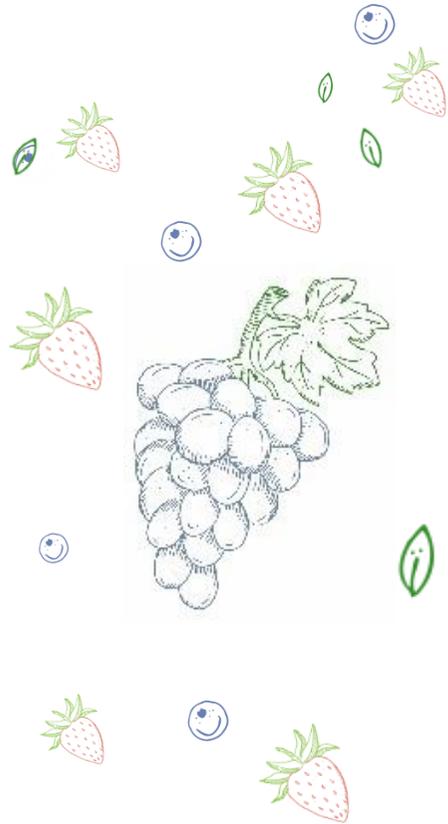


SPEISEPLAN



Freitag, 01. Oktober 2021

A	B
Grüne Bohnen Eintopf mit Bauernbrot <small>gw gr m sm sc lu sl</small>	Vegetarisches Schnitzel <small>gw e sj</small> mit Mascaronemöhren ^{m gw} und Kartoffeln
Apfel-Vanille-Joghurt ^m / Knabbergemüse	Apfel-Vanille-Joghurt ^m / Knabbergemüse

Montag, 04. Oktober 2021

A	B
Penne ^{gw} (Röhrennudeln) mit Tomaten-Basilikum-Soße und Reibekäse ^m	Blumenkohl-Käse-Medaillon ^{gw m} mit Erbsen ^m und Kartoffel-Möhren-Stampf ^m

Obst / Knabbergemüse Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 05. Oktober 2021

A	B
Kartoffelsuppe ^{sl} mit Wiener Würstchen (Geflügel)	Vegetarische Paella (Spanische Reispfanne mit Tomatensauce, Erbsen, Paprika) <small>sj g sm</small> mit Kräuterdip ^m
Zitronenjoghurt ^m / Salat / Gemüse	Zitronenjoghurt ^m / Salat / Gemüse

Mittwoch, 06. Oktober 2021

A	B
Mehlierter Seehecht ^{gw} mit Rahmspinat ^{m gw} und Vollkornreis ^{g sj sm}	Gelbe Linsensuppe ^m mit Sonnenblumenkernbrot <small>gr gw gg gd m sc sl sm</small>

Obst / Salat / Gemüse Obst / Salat / Gemüse

Donnerstag, 07. Oktober 2021

A	B
Eierfrikassee ^{m gw} mit Kartoffeln	Vorsuppe: Brokkolicremesuppe ^m Grießbrei ^{m gw}
Pflaumenkompott / Salat / Gemüse	Pflaumenkompott / Salat / Gemüse

Freitag, 08. Oktober 2021

A	B
Herbst-Gemüse Eintopf mit Rindfleisch ^{sl}	Orientalisches Gemüse (Tomate, Paprika, Aubergine, Zucchini, Aprikosen) mit Couscous ^{gw} und Minzdip ^m
Stracciatellaquark ^{m sc} / Salat / Gemüse	Stracciatellaquark ^{m sc} / Salat / Gemüse

Herbstferien bis zum 22.10.2021 Montag, 11. Oktober 2021

A	B
Makkaroni ^{gw} (Röhrennudeln) mit Rindergeschneitzeln in Rahmsauce ^{m gw} und Gemüsesticks	Gebackener Hirtenkäse ^{m gw gg gr} mit Paprikagemüse und Bulgur ^{gw sj sc sm}

Obst / Knabbergemüse Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 12. Oktober 2021

A	B
Königsberger Klopse ^{e gw m} (Geflügel) mit Kapernsoße ^{m gw} und Kartoffeln	Minestrone (Italienische Gemüsesuppe mit Tomate, Erbsen, Bohnen Blumenkohl) ^{sl} mit Gabelspaghetti ^{gw}
Rote Beete Rohkost / Obst	Rote Beete Rohkost / Obst

Mittwoch, 13. Oktober 2021

A	B
Lachs in fruchtiger Currysoße ^{m gw} mit Erbsen ^m und Reis ^{g sj sm}	Hausgemachter Linsenteller ^{gw gd e sj sm} mit Kohlrabi in Soße ^{m gw} und Kartoffeln
Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse	Aprikosen-Kompott / Knabbergemüse

Donnerstag, 14. Oktober 2021

A	B
Tomaten-Nudel-Auflauf ^m <small>gw e</small> mit Sahnesauce ^{m gw}	Kräuterquark ^m mit Kartoffeln und Gurkensalat
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

Freitag, 15. Oktober 2021

A	B
Hausgemachte Falafel <small>gw e sj sm</small> (Kichererbsenbällchen) mit Tzatziki ^m (Joghurt mit Gurken und Kräutern) und Gemüsecouscous ^{gw}	Möhreneintopf mit Sesambrot ^{gr gw sm sc sl sn}
Sahnepudding ^m mit Fruchtsoße / Knabbergemüse	Sahnepudding ^m mit Fruchtsoße / Knabbergemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

Allergen Deklaration
 Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e= Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl= Sellerie | sn=Senf | sm= Sesam | sd=Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere
Blau Buchstaben weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.
 Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!

Freiheit 10, 13597 Berlin
 Tel.: (030) 36 75 95 - 0
 www.luna.de

SPEISEPLAN

Montag, 18. Oktober 2021

A	B
Spirelli ^{gW} (Spiralnudeln) mit Soße Bolognese ^{gd sj sm} und Reibekäse ^m	Tofufrikassee ^{sj m gW} (Tofustreifen, Möhren, Erbsen, Champignons) mit Bulgur ^{gW sj sm}
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 19. Oktober 2021

A	B
Panierter Seelachs ^{gW m e sj sl} mit Rahmerbsen ^m und Reis ^{g sj sm}	Ricotta-Tortellini ^{m gW} mit Käse-Sahne-Soße ^{m gW}
Möhren-Orangen-Salat / Obst	Möhren-Orangen-Salat / Obst

Mittwoch, 20. Oktober 2021

A	B
Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit grünen Bohnen in Soße ^{m gW} und Kartoffelpüree ^m	Linsencorma ^{g sj sm sn} (Indischer Eintopf mit Linsen und Süßkartoffeln) mit Sauerrahm ^m und Brötchen ^{gW n sj m}
Kokosjoghurt ^m / Knabbergemüse	Kokosjoghurt ^m / Knabbergemüse

Donnerstag, 21. Oktober 2021

A	B
Eier in Senfsoße ^{m gW} mit Kartoffeln und bunte Blattsalate mit Balsamico Dressing ^{sn}	Vorsuppe: Grüne Erbsensuppe ^m Milchspeise aus Goldhirse ^{g sj sn}
Kirschkompott / Knabbergemüse	Kirschkompott / Knabbergemüse

Freitag, 22. Oktober 2021

A	B
Hausgemachter Tofutaler ^{sj gW gh e} mit TexMex-Gemüse ^{m gW sj sc sm} (grüne Bohnen, Kidneybohnen, Mais, Paprika) und Vollkornreis ^{g sj sm}	Gemüsecremesuppe ^m mit Kürbiskernen und Vollkornbrot ^{gr gW m sm sc sl lu}
Zitronengrieß ^{m gW} / Knabbergemüse	Zitronengrieß ^{m gW} / Knabbergemüse

Montag, 25. Oktober 2021

A	B
Bunte Schmetterlingsnudeln ^{gW} mit Gorgonzolasoße ^{m gW} und Gemüsesticks	Polentatasche ^{m gW} mit Buttermais ^m und Stampfkartoffeln ^m
Obst / Knabbergemüse	Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 26. Oktober 2021

A	B
Rindergeschnetzeltes Stroganoff ^{m gW sj sc sm sn} (Champignons, Gurken) mit Reis ^{g sj sm}	Vegetarische Bratwurst ^{sl sj g e m sn} mit Tomaten-Curry-Soße und Kartoffeln
Coleslaw ^m / Obst	Coleslaw ^m / Obst

Mittwoch, 27. Oktober 2021

A	B
Fischbulette (Kabeljau) ^{e gW} mit Ratatouille und Vollkornreis ^{g sj sm}	Tomatensuppe mit Gemüsestreifen ^m (Möhre, Zucchini) und Vollkornbrot ^{gr gW m sm sc sl lu}
Pfirsichquark ^m / Salat / Gemüse	Pfirsichquark ^m / Salat / Gemüse

Donnerstag, 28. Oktober 2021

A	B
Hähnchenschnitzel ^{gW} mit Möhren-Erbsen-Gemüse ^{m gW} und Kartoffeln ^m	Schmetterlingsnudeln ^{gW} mit Pesto Verde ^{m e} (Italienische Kräuterpaste mit Sonnenblumenkernen und Parmesankäse) und Tomatensalat
Obst / Salat / Gemüse	Obst / Salat / Gemüse

Freitag, 29. Oktober 2021

A	B
Chinapfanne ^{sj} (Tofustreifen, Zuckerschoten, Bambussprossen) mit Reis ^{g sj sm}	Gemüsesuppe ^{sl} mit Sonnenblumenkernbrot ^{gr gW gd sc}
Schokoladenpudding ^m / Salat / Gemüse	Schokoladenpudding ^m / Salat / Gemüse



Alle grünen Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 zu 100% aus Bio-Zutaten

Allergen Deklaration

Sofern die Inhaltsstoffe nicht aus der Bezeichnung hervorgehen: g=Gluten | gw=Weizen | gr=Roggen | gg=Gerste | gh=Hafer | gd=Dinkel | gk=Kamut | kr=Krebstiere | e=Ei | f=Fisch | n=Erdnuss | sj=Soja | m=Milch oder Milchbestandteile | sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) | sl=Sellerie | sn=Senf | sm= Sesam | sd=Schwefeldioxid u. Sulphite | lu=Lupine | w=Weichtiere
Blaue Buchstaben weisen auf eventuell vorhandene Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten.
 Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

Änderungen vorbehalten!



Freiheit 10, 13597 Berlin
 Tel.: (030) 36 75 95 - 0
www.luna.de

HXB