

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbandorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Nudeln mit Tomatensoße, Quark mit Früchten (1,3,7)

Dienstag,

Kartoffel-Gemüsesuppe mit Geflügel-Wiener und Brot (1,3,7)

Mittwoch,

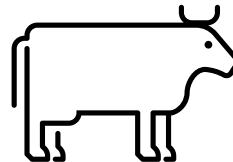
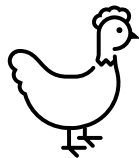
Vollkorngrießbrei mit Fruchtkompott, Gemüsesticks (1,7)

Donnerstag,

Rinder-Fleischpflanzerl mit Nudel-Gemüsesalat (1,3,7)

Freitag,

Spätzle mit Soße, Gemüsesticks (1,3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbdorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Kartoffelspalten mit Rahmgemüse (7)

Dienstag,

Gemüsesuppe mit Brot, Pfannkuchen mit Marmelade (1,3,7)

Mittwoch,

Vollkornnudeln mit Gemüse-Tomatensoße-Soße, Gemüsesticks (1,3)

Donnerstag,

Seelachs-Fischstäbchen mit Stampf und Salat (1,4,7)

Freitag,

Gnocchi mit Tomate-Mozzarella-Soße (1,3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene

Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbandorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Gemüsesuppe mit Brot, Quark mit Früchten (1,7)

Dienstag,

Schinkennudeln mit Ei, Ketchup und Salat (1,3,7)

Mittwoch,

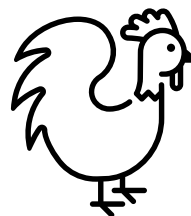
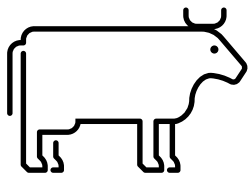
Süßer Auflauf mit Obst, Gemüsesticks (1,3,7)

Donnerstag,

Geflügel-Würstchengulasch mit Vollkornnudeln (1,3)

Freitag,

Knödel mit Soße und Gemüsesticks (1,3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenthaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene

Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbandorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Dotsch mit Apfelmus, Gemüsesticks (1,3,7)

Dienstag,

Seelachsfrikadellen mit Kartoffelsalat (1,3,4,7)

Mittwoch,

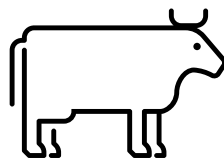
Gemüsesuppe, Pudding (1,7)

Donnerstag,

Makkaroni-Auflauf mit Rinder-Hackfleisch (1,3,7)

Freitag,

Gemüse-Reispfanne (1)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene

Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbdorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Röstis mit Dip (1,3,7)

Dienstag,

Pfannkuchensuppe, Joghurt mit Früchten (1,3,7)

Mittwoch,

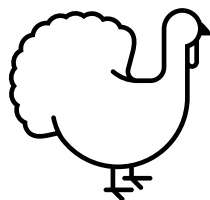
Nudelauf (1,7)

Donnerstag,

Geflügel-Geschnetzeltes mit Semmelknödel (1,3,7)

Freitag,

Dampfnudeln mit Vanillesoße, Gemüsesticks (1,3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene

Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl

Unterer Markt 5, 92681 Erbandorf

09682/9158870

bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Nudeln mit Sahnesoße, Gemüsesticks (1,3,7)

Dienstag,

Chicken Nuggets mit Kartoffelsalat (1,3,7)

Mittwoch,

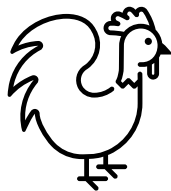
Kartoffelgratin mit Salat (1,3,7)

Donnerstag,

Geflügel-Schnitzel mit Kartoffel-Rahmgemüse (1,3,7)

Freitag,

Grießnockerlsuppe, Pudding (1,3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbdorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Gemüseauflauf mit Käse überbacken (1,3,7)

Dienstag,

Seelachs-Fischstäbchen mit Tomatenreis (1,3,4,7)

Mittwoch,

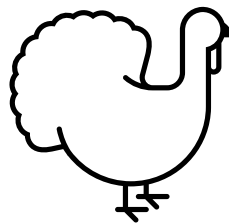
Nudelsuppe, selbstgemachte Waffeln (1,3,7)

Donnerstag,

Geflügel-Gulaschsuppe mit Semmel (1,7)

Freitag,

Nudeln mit Gemüsesoße, frischer Obstsalat (1,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.

DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Bioladen Schwammerl
Unterer Markt 5, 92681 Erbdorf
09682/9158870
bioladen.schwammerl@gmail.com



Mittagsspeiseplan

Montag,

Gemüselasagne (1,3,7)

Dienstag,

Leberkäse mit Kartoffeln und Buttergemüse (1,3,7)

Mittwoch,

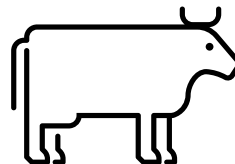
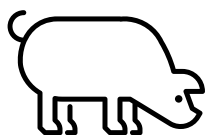
Gemüsesuppe, kalte Pizzaschnitten (1,7)

Donnerstag,

Vollkorn-Spaghetti Bolognese (Rind) (1)

Freitag,

Milchreis mit Fruchtkompott (3,7)



100 % Bio, wenn nicht anders gekennzeichnet.
DE-ÖKO-006

1. Glutenhaltiges Getreide, 2. Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3. Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, 4. Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5. Erdnüsse, Nüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse, 6. Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7. Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, 8. Schalen- und Hülsenfrüchte, 9. Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, 10. Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 11. Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 12. Schwefeldioxid und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse