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

# Mittagsspeiseplan

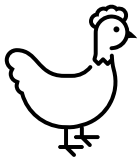
**Montag,**
Vollkornnudeln mit Tomatensoße, Joghurt/Quark mit Früchten (1,3,7,9)

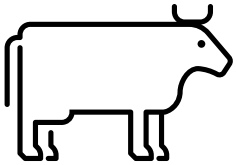
**Dienstag,**
Gemüsesuppe mit Brot, Pfannkuchen mit Marmelade (1,3,7,9)

**Mittwoch,**
Kartoffelspalten mit Rahmgemüse (7,9)

**Donnerstag,**
Rinder-Fleischpflanzerl mit Nudel-Gemüsesalat (1,3,7,10)

**Freitag,**
Spätzle mit Soße, Gemüsesticks (1,3,7,9)





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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

**Montag,**
Vollkorngrießbrei mit Fruchtkompott, Gemüsesticks (1,7)

**Dienstag,**
Kartoffel-Gemüsesuppe mit Geflügel-Wiener und Brot (1,3,7,9)

**Mittwoch,**
Vollkornnudeln mit Gemüse-Tomatensoße-Soße, Gemüsesticks (1,3,9)

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

**Freitag,**
Gnocchi mit Tomate-Mozzarella-Soße (1,3,7,9)



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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

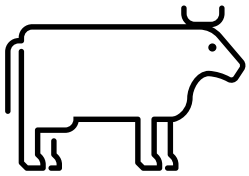
**Montag,**
Dotsch mit Apfelmus, Gemüsesticks (1,3,7)

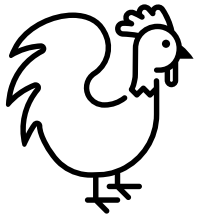
**Dienstag,**
Schinkennudeln mit Ei, Ketchup und Salat (1,3,7,9)

**Mittwoch,**
Gemüsesuppe mit Brot, Pudding (1,7,9)

**Donnerstag,**
Geflügel-Würstchengulasch mit Vollkornnudeln (1,3,9)

**Freitag,**
Knödel mit Soße und Gemüsesticks (1,3,7,9)





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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

**Montag,**
Nudeln mit Sahnesoße, Gemüsesticks (1,3,7,9)

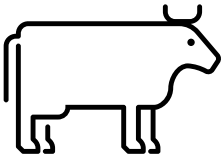
**Dienstag,**
Seelachsfrikadellen mit Kartoffelsalat (1,3,4,7,9,10)

**Mittwoch,**
Gemüsesuppe mit Brot, Joghurt/Quark mit Früchten (1,7,9)

**Donnerstag,**
Makkaroni-Auflauf mit Rinder-Hackfleisch (1,3,7,9)

**Freitag,**
Gemüse-Reispfanne (1,9)





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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

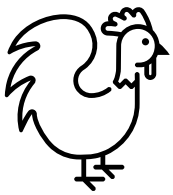
**Montag,**
Röstis mit Dip, Gemüsesticks (1,3,7)

**Dienstag,**
Pfannkuchensuppe, Joghurt/Quark mit Früchten (1,3,7,9)

**Mittwoch,**
Nudelauflauf (1,7,9)

**Donnerstag,**
Geflügel-Geschnetzeltes mit Reis (1,7,9)

**Freitag,**
Grießnockerlsuppe, Pudding (1,3,7,9)



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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

**Montag,**
Gemüsesuppe mit Brot, Joghurt/Quark mit Früchten (1,7,9)

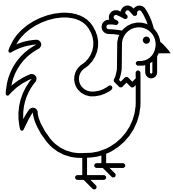
**Dienstag,**
Vollkornnudeln mit Lachs-Sahne-Soße (1,4,7,9)

**Mittwoch,**
Kartoffelgratin mit Salat (1,3,7,9)

**Donnerstag,**
Geflügel-Schnitzel mit Kartoffeln und Rahmsoße (1,3,7,9)

**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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

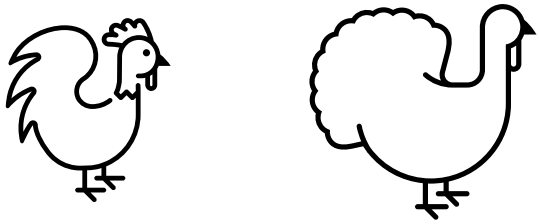
**Montag,**
Gemüseauflauf mit Käse überbacken (1,3,7,9)

**Dienstag,**
Chicken Nuggets mit Kartoffelsalat (1,3,7,9,10)

**Mittwoch,**
Nudelsuppe, Waffeln (1,3,7,9)

**Donnerstag,**
Geflügel-Gulaschsuppe mit Semmel (1,7,9)

**Freitag,**
Vollkornnudeln mit Gemüsesoße, frischer Obstsalat (1,7,9)



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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

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

# Mittagsspeiseplan

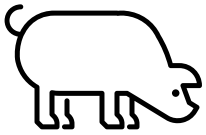
**Montag,**
Gemüselasagne (1,3,7,9)

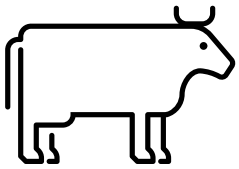
**Dienstag,**
Leberkäse mit Kartoffel-Buttergemüse (1,3,7,9)

**Mittwoch,**
Gemüsesuppe, kalte Pizzaschnitten (1,7,9)

**Donnerstag,**
Vollkorn-Spaghetti Bolognese (Rind) (1,9)

**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. Schwefeldioxit und Sulfite, 13. Lupine und daraus gewonnene Erzeugnisse, 14. Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse