

## SPEISEPLAN vom 19. bis 23. Januar 2026

### Montag, 19. Januar

Nudeln<sup>1(Weizen)</sup> mit Lachs-Carbonara<sup>4,3</sup>

Vesper: Buttermilchbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup> mit Fruchtaufstrich

### Dienstag, 20. Januar

Vegetarische-Soljanka mit Glasnudeln, Roggenvollkornbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup>, Obst

Vesper: Schoko-Bananen-Quarkspeise<sup>4</sup> mit Filinchen<sup>1(Weizen)</sup>

### Mittwoch, 21. Januar

Geschnetzeltes „Züricher Art“<sup>4</sup> mit Reis

Vesper: Butterknäckebrot<sup>1(Weizen),4</sup> mit Käse<sup>4</sup> und grüner Gurke

### Donnerstag, 22. Januar

Quarkkeulchen<sup>1(Weizen),2,4</sup> mit Apfelmus, Rohkost

Vesper: Kürbiskernvollkornbrot<sup>1(Weizen, Roggen)</sup> mit Eiersalat<sup>2,4</sup>

### Freitag, 23. Januar

Gemüsegulasch mit Kartoffelstampf<sup>4</sup>, Obst

Vesper: Weizenbrötchen<sup>1(Weizen)</sup> mit Butter<sup>4</sup> und Ebenheimer Honig

Änderungen je nach Angebot vorbehalten

enthält: 1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen oder Roggen), 2 Ei, 3 Fisch, 4 Milch/Butter/Sahne, 5 Soja, 6 Sellerie, 7 Senf,

8 Krebstiere, 9 Erdnüsse, 10 Schalenfrüchte (Nüsse mit harten Schalen), 101 kann Spuren von Nüssen enthalten

