



BARON GASTRONOMIE GMBH
Johann-Joachim-Becherweg 3
55128 Mainz

Telefon 06131 - 3046131
info@derkleinebaron.de
www.derkleinebaron.de

Speiseplan gluten- und laktosefrei (Menü 2) KW 37/21 - 40/21

Kalenderwoche	Mo, 13.09.21	Di, 14.09.21	Mi, 15.09.21	Do, 16.09.21	Fr, 17.09.21
37	Fusilli	Nürnberger Bratwürstchen*	Tofusteak in Sesam ^{6, 3, 11}	Bio-Spiegelei ³	Spaghetti
	Karotten-Samtsauce ⁶	Dunkle Rahmsauce ^{5, 6}	Tomatensauce	grüne Bohnen	Thunfisch-Tomatensauce ⁸
	Kürbiskerne	Salzkartoffeln	Reis	Bechamelkartoffeln ²⁻¹	
	Gurkensalat ⁴	Eisbergsalat ^{4, 5}	Karottensalat		
	Banane	Apfel	Schoko-Muffin ^{1a}	Melone	Vanillepudding ²⁻¹ Schokostreusel

Kalenderwoche	Mo, 20.09.21	Di, 21.09.21	Mi, 22.09.21	Do, 23.09.21	Fr, 24.09.21
38	Hühnerfrikassee ^{2-1, 6}	Fusilli	Paniertes Kabeljaufilet ^{3, 8}	Fusilli	Putensteak
	mit Erbsen und Karotten	Basilikum-Pesto ⁷	Kräuterquark ²⁻¹	Tomatensahne-sauce ⁶	Asia-Gemüse (Sojabohnen, Karotten, Paprika) ⁶
	Reis	Kirschtomaten	Ofenkartoffel	Blattspinat	Spaghetti
	Apfel	Rucola	Gemüsesticks	Eisbergsalat ^{4, 5}	
		Schokojoghurt ²⁻¹	Banane	Melone	Himbeerquark ²⁻¹

Kalenderwoche	Mo, 27.09.21	Di, 28.09.21	Mi, 29.09.21	Do, 30.09.21	Fr, 01.10.21
39	Bio-Spiegelei ³	Spaghetti	Linsenplätzchen ³	Rinder-Haschee (Hackfleisch-Zwiebel-Sauce)	Putengeschnetzeltes ^{2-1, 6}
	Rahmspinat ²⁻¹	vegetarische Bolognesesauce ^{5, 6}	Joghurtsauce ²⁻¹	Fusilli	mit Champignons
	Salzkartoffeln		Maiskolben	Karottensalat	Reis
	Apfel	Banane	Schoko-Muffin ²⁻¹	Melone	Schokopudding ²⁻¹
					Regenbogenstreusel

Kalenderwoche	Mo, 04.10.21	Di, 05.10.21	Mi, 06.10.21	Do, 07.10.21	Fr, 08.10.21
40	Chili sin Carne ^{5, 6}	Kartoffel-Tortilla ^{2-1, 3}	Linseneintopf ^{4, 5}	Ratatouille	Rindergulasch ⁵
	mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Zwiebeln	Paprikasamtsauce ^{2-1, 6}	Geflügelwiener	mit Auberginen, Paprika, Zwiebeln, Zucchini	mit Paprika, Zwiebeln
	Brötchen	Karottensalat	Fitnessbrot ^{11, 12}	Reis	Salzkartoffeln
	Sour-Creme ²⁻¹		Banane	Magdalena mit Aprikosenfüllung ³	Waldbeerenquark ²⁻¹
	Apfel	Melone			

Legende:

1a Weizen 1b Roggen, 2 Milch, 3 Ei, 4 Senf, 5 Sellerie, 6 Soja, 7 Schalenfrüchte, 8 Fisch, 9 Krebstiere, 10 Erdnuss, 11 Sesam, 12 Lupine, 13 Weichtiere, 14 Schwefeldioxid&Sulfit

*Geflügel **Geflügel und Rind ***Rind