



**HAUSWIRTSCHAFTS**  
Projekt für arbeitslose Jugendliche **SERVICE**

Telefon: 0951/9 86 87 - 11  
Telefax: 0951/9 86 87 - 17  
e-mail: [hws@skf-bamberg.de](mailto:hws@skf-bamberg.de)  
Id.kennzeichen DE BY 40381 EG

## Essensplan vom 20.03. - 24.03.2017

Montag  
20.03.2017

Gabelspaghetti mit  
mit Tomaten-Mozarella-Soße  
Naturjoghurt mit Himbeeren

*Veggi*



Dienstag  
21.03.2017

Chili con carne (Rind)  
dazu Reis  
Obst



Mittwoch  
22.03.2017

Hähnchenkeule gegrillt  
mit Kartoffelkloß u. Karottengemüse  
Schokopudding



Donnerstag  
23.03.2017

Blumenkohl-Käsetaler  
und Weißkraut  
Karottensalat mit Sesam (Joghurtdressing)  
Obst

*Veggie-day*



Freitag  
24.03.2017

Nudelsuppe  
Pellkartoffeln mit Kräuterquark

*Veggi*

Änderungen vorbehalten.

Wir kochen mit Jodsalz oder Ursalz und verwenden saisonale und regionale Produkte

**Die Auszeichnung der Allergene und der Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte der Anlage!**

**Bei Fragen rufen Sie uns einfach an.**

**Guten Appetit!!!**



**KW 12/2017**

Artikelbezeichnung	Glutenhaltiges Getreide										Schalenfrüchte													
	Weizen (Dinkel, Khorasan-Weizen)	Roggen	Gerste	Hafer	Krebstiere	Eier	Fische	Erdnüsse	Soja	Milch	Mandeln	Haselnüsse	Walnüsse	Kaschunüsse	Pecannüsse	Paranüsse	Pistazien	Macadamianüsse	Sellerie	Senf	Sesamsamen	Schwefeldioxid/Sulfite	Lupinen	Weichtiere
<b>Beilage</b>																								
Gabelspaghetti	X					X																		X
Kartoffelkloß	X																					X		
Kräuterquark									X															
Pellkartoffeln																								
Reis																								
<b>Fleischgericht</b>																								
Chili con carne (Rind)	X																							
Hähnchenkeule																								
<b>Gemüse</b>																								
Blumenkohl-Käse-Taler	X					X				X														X
Rahmkarotten	X									X														
<b>Nachspeise</b>																								
Naturjoghurt mit Himbeeren										X														
Obst																								
Schoko-Pudding	X									X														
<b>Salat</b>																								
Krautsalat mit Äpfel, Karotten, Sesam																					X			
<b>Soße</b>																								
Tomaten-Mozzarella-Soße	X									X														
<b>Suppen</b>																								
Nudelsuppe	X																							