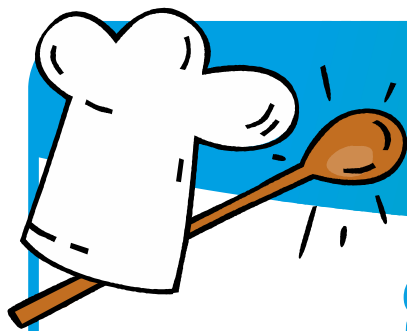
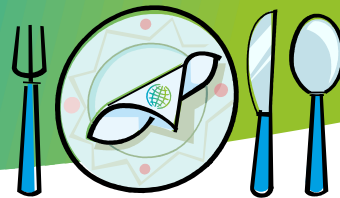




Gesellschaft
zur ganzheitlichen
Bildung



Speiseplan

GGB-Küche in Wildenfels

12.10.-16.10.2026	Frühstück	Mittag	Vesper
Montag	Knusperbrot ^{a,b,g,j} Butter ^k Aufstrich süß ^{9,14,k,m} Obst	Eierkuchen ^{a,g,k} Zucker und Zimt Apfelmus ^{3,9,14} alternativ Suppe ^{a,k,t,u}	Sandwichtoast ^a Butter ^k Aufschnitt ¹⁴ grüne Gurke
Dienstag	Müsli ^{a,e,k} Joghurt ^k Obst	Backfisch mit Tomatenfüllung ^{a,g} Kartoffelbrei ^k und Dillsoße ^{a,k,t,u} Kompott ¹⁴ /Obst	Mehrkornbrötchen ^{a,b,d,e} Butter ^k Gemüse
Mittwoch	Brötchen hell ^a Butter ^k Aufstrich süß ^{9,14,k,m} Obst	Kartoffeln hausgemachten Kräuterquark ^k Butter ^k , Leberwurst ^{2,3,14,k,t,u} Salatbeilage ^{2,3,9,t}	Baguette ^a Butter ^k Aufstrich süß ^{9,14,k,m} Obst
Donnerstag	Brot ^{a,b,d,v} Butter ^k Aufschnitt ¹⁴ Gemüse	Nudeln ^{a,g} Bolognese Soße ^{a,k,t,u} und Reibekäse ^k Saftschorle	Milchbrötchen ^{a,g,k,2} Fruchtmilch ^k
Freitag	Brötchen dunkel ^{a,b,d,e,k,v} Butter ^k Käse ^k Gemüse	Schleswig - Holsteiner Eintopf ^{``</sup> Schnüüüüsch <sup>``} (bunter Gemüse Eintopf mit Milch und Schinken) ^{a,k} Süßspeise ^k	Schokomuffins ^{a,g,j,k}

Guten Appetit

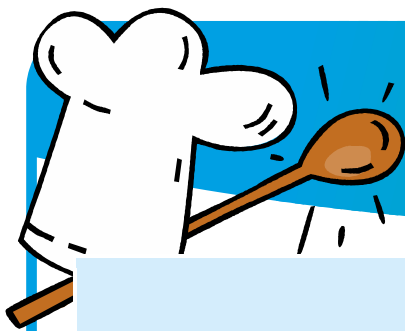
| Enjoy your meal

| ¡Buen provecho!

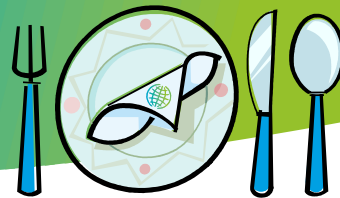
Änderungen vorbehalten! Trotz sorgfältiger Verarbeitung können Spuren von Allergenen enthalten sein. Bitte beachten Sie die Allergen- und Zusatzstoffliste!

Allergene: (a) Weizen, (b) Roggen, (c) Dinkel, (d) Gerste, (e) Hafer, (f) Krebstiere, (g) Eier, (h) Fisch, (i) Erdnüsse, (j) Sojabohnen, (k) Milch, (l) Mandeln, (m) Haselnüsse, (n) Walnüsse, (o) Pistazien, (p) Macadamianüsse, (q) Cashewkerne, (r) Pekannüsse, (s) Paranüsse, (t) Sellerie, (u) Senf, (v) Sesamsamen, (w) Lupinen, (x) Weichtiere, (y) Schwefeldioxid und Sulfite | **Zusatzstoffe:** (1) Farbstoffe, (2) Konservierungsstoffe, (3) Antioxidationsmittel, (4) Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) Süßungsmittel, (10) Phenylalaninquelle, (11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, (12) koffeinhaltig, (13) chininhaltig, (14) Säuerungsmittel | **Sonstige Kennzeichnungen:** (kbA) kontrolliert biolog. Anbau – komplett Bio oder einzelne Komponente Bio





Gesellschaft
zur ganzheitlichen
Bildung



--	--	--	--

Guten Appetit

| Enjoy your meal

| ¡Buen provecho!

Änderungen vorbehalten! Trotz sorgfältiger Verarbeitung können Spuren von Allergenen enthalten sein. Bitte beachten Sie die Allergen- und Zusatzstoffliste!

Allergene: (a) Weizen, (b) Roggen, (c) Dinkel, (d) Gerste, (e) Hafer, (f) Krebstiere, (g) Eier, (h) Fisch, (i) Erdnüsse, (j) Sojabohnen, (k) Milch, (l) Mandeln, (m) Haselnüsse, (n) Walnüsse, (o) Pistazien, (p) Macadamianüsse, (q) Cashewkerne, (r) Pekannüsse, (s) Paranüsse, (t) Sellerie, (u) Senf, (v) Sesamsamen, (w) Lupinen, (x) Weichtiere, (y) Schwefeldioxid und Sulfite |
Zusatzstoffe: (1) Farbstoffe, (2) Konservierungsstoffe, (3) Antioxidationsmittel, (4) Geschmacksverstärker, (5) geschwefelt, (6) geschwärzt, (7) gewachst, (8) mit Phosphat, (9) Süßungsmittel, (10) Phenylalaninquelle, (11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, (12) koffeinhaltig, (13) chininhaltig, (14) Säuerungsmittel | **Sonstige Kennzeichnungen:** (kbA) kontrolliert biolog. Anbau – komplett Bio oder einzelne Komponente Bio

