



BARON GASTRONOMIE GMBH
Johann-Joachim-Becherweg 3
55128 Mainz

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

Vegetarischer Speiseplan (Menü 3) KW 42/20 - 45/20

Kalenderwoche	Mo, 12.10.20	Di, 13.10.20	Mi, 14.10.20	Do, 15.10.20	Fr, 16.10.20
42	Bio-Spiegelei 3	Vollkorn-Spaghetti 1a, b	Tofu-Geschnetzeltes 1a, 2, 5, 6	Soja-Haschee (Vegi-Hackfleisch-Zwiebel-Sauce) 5, 6	Zucchini-Piccata 1a, 2, 3
	Rahmspinat 2	Tomatenrahmsauce mit Brokkoli 2	mit Champignons	Fusilli 1a	Ebly-Zartweizen 1a
	Salzkartoffeln	Parmesan 2	Reis	Karottensalat	Rote Paprikasauce 1a, 2
	Himbeerquark 2	Eisbergsalat 4, 5	Schokopudding 2	Wassermelone	Vanille-Muffin mit Kirschen 1a
		Banane	Regenbogenstreusel		

Kalenderwoche	Mo, 19.10.20	Di, 20.10.20	Mi, 21.10.20	Do, 22.10.20	Fr, 23.10.20
43	Farfalle 1a	Gemüsefrikadelle 3, 4, 6	Eierspätzle 1a, 3	Gemüse-Tofu-Gulasch 5, 6	Vollkorn-Penne 1a, b
	Basilikumpesto 2, 7a	Karotten-Kohlrabi-Rahmgemüse 1a, 2	Käsesauce 1a, 2, 5	mit Paprika, Zwiebeln, Zucchini, Sellerie	Karottenrahmsauce 1a, 2, 5
	Kirschtomaten, Rucola	Reis	Brokkoli	Salzkartoffeln	Kürbiskerne
	Parmesan 2		Romanasalat 4, 5		Gurkensalat 4
	Mini-Berliner 1a, 2, 3	Wassermelone	Apfel	Waldbeerenquark 2	Birne

Kalenderwoche	Mo, 26.10.20	Di, 27.10.20	Mi, 28.10.20	Do, 29.10.20	Fr, 30.10.20
44	Chili sin Carne 5, 6	Tofu-Nuggets 1a, 6	Ratatouille	Vegi-Bratwurst 1a	Tortilla (Kartoffelkuchen) 2, 3
	mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Zwiebeln	Wok-Gemüse (Sojasprossen, Karotten, Lauch) 1a, 6	mit Auberginen, Paprika, Zwiebeln, Zucchini, Tomaten	Dunkle Rahmsauce 1a, 2, 5	Zucchini in Tomatensauce
	Baguette 1a	Wok-Nudeln 1a	Reis	Salzkartoffeln	
	Sour-Creme 2		Karottensalat	Eisbergsalat 4, 5	
	Banane	Apfel	Schoko-Muffin 1a	Birne	Kirschjoghurt 2

Kalenderwoche	Mo, 02.11.20	Di, 03.11.20	Mi, 04.11.20	Do, 05.11.20	Fr, 06.11.20
45	Leipziger Allerlei 1a, 2	Spaghetti 1a	Panierter Hirtenkäse 1a, 2, 3	Tortellini mit Ricotta-Spinat-Füllung 1a, 2	Auberginenschnitzel 1a, 3
	mit Erbsen, Bohnen, Karotten, Brokkoli	vegetarische Bolognesesauce 5, 6	Kräuterquark 2	Tomatensahnesauce 2	Kaisergemüse (Karotten, Blumenkohl, Brokkoli) 1a, 2
	Reis	Parmesan 2	Ofenkartoffel	Parmesan 2	Salzkartoffeln
	Schokojoghurt 2	Brombeerquark 2	Gemüsesticks	Eisbergsalat 4, 5	
			Clementine	Banane	Apfel

Legende:

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