



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 01/22 - 04/22

Kalenderwoche	Mo, 03.01.22	Di, 04.01.22	Mi, 05.01.22	Do, 06.01.22	Fr, 07.01.22
1	Rindergulasch ⁵ mit Paprika und Zwiebeln Salzkartoffeln Magdalena mit Aprikosenfüllung ³	Linseneintopf ^{4, 5} Geflügelwiener Bauernbrot ⁶ Waldbeerenquark ^{2-I}	Ratatouille mit Auberginen, Paprika, Zwiebeln, Zucchini Reis Banane	Kartoffel-Tortilla ^{2-I, 3} Paprikasamt-sauce ^{2-I, 6} Karottensalat Clementine	Chili sin Carne ^{5, 6} mit Mais, Kidneybohnen, Paprika, Zwiebeln Brötchen Sour-Creme ^{2-I} Apfel

Kalenderwoche	Mo, 10.01.22	Di, 11.01.22	Mi, 12.01.22	Do, 13.01.22	Fr, 14.01.22
2	Spaghetti Räucherlachs und Zucchini ⁸ Sahnesauce ^{2-I, 6} Kirschjoghurt ^{2-I}	Tofusteak in Sesam ^{6, 3, 11} Tomatensauce Reis Karottensalat Schoko-Muffin ^{2-I, 3}	Bio-Spiegelei ³ grüne Bohnen Bechamelkartoffeln ^{2-I} Clementine	Vegi-Buletten ^{3, 4, 6} Karotten-Kohlrabi-Rahmgemüse ^{2-I, 6} Reis Apfel	Fusilli Kürbis-Samtsauce ⁶ Kürbiskerne Gurkensalat ⁴ Banane

Kalenderwoche	Mo, 17.01.22	Di, 18.01.22	Mi, 19.01.22	Do, 20.01.22	Fr, 21.01.22
3	Hühnerfrikassee ^{2-I, 6} mit Erbsen und Karotten Reis Apfel	Fusilli Tomatensahne-sauce ⁶ Blattspinat Eisbergsalat ^{4, 5} Clementine	Paniertes Kabeljaufilet ^{3, 8} Kräuterquark ^{2-I} Ofenkartoffel Gurkensalat ⁴ Banane	Spaghetti Sahnesauce ^{2-I, 6} Brokkoli Schokojoghurt ^{2-I}	Kartoffelcreme-suppe ^{5, 6} Rindswurst Bauernbrot ⁶ Gemüsesticks Himbeerquark ^{2-I}

Kalenderwoche	Mo, 24.01.22	Di, 25.01.22	Mi, 26.01.22	Do, 27.01.22	Fr, 28.01.22
4	Fusilli Thunfisch-Tomatensauce ⁸ Zwiebel, Kapern Banane	Linsenplätzchen ³ Joghurtsauce ^{2-I} Maiskolben Apfel	Spaghetti vegetarische Bolognesesauce ^{5, 6} Karotte, Sellerie Schokopudding ^{2-I} Regenbogenstreusel	Puten-geschnetzeltes mit Champignons ^{2-I, 6} Reis Muffin ^{2-I, 3}	Würstchen-gulasch ⁵ mit Paprika, Zwiebeln, Bohnen Kartoffelpüree ^{2-I} Clementine

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