



# Zur alten Eiche.

Die Waldgaststätte im herrlichen Nieplitzthal

[www.alte-eiche-frohnsdorf.de](http://www.alte-eiche-frohnsdorf.de)

Name: \_\_\_\_\_

Speiseplan von 01.11. bis 05.11.2021			Bitte Bestellmenge, mit oder ohne Fleisch wählen! Freitags süß oder herzhaft?		
			veggie	mit Fleisch	süß
Montag	Pasta mit Erbsen - Möhrenrahm, Schokoäpfel	1Vollkorn,7,9			
Dienstag	Mangoldbratlinge zu Blumenkohlstampf, Möhren - Apfelsalat	1Weizen,3,7,9 12			
Mittwoch	Kartoffelsuppe* mit Wurst (wahlweise), Rote Grütze	7,9,10,B			
Donnerstag	Gemüse Couscous mit Tomatensoße*, Lauch - Maissalat mit Käse	1Weizen,7,9 12			
Freitag	Apfelcrumble mit Vanillesoße oder Wurzelgemüse - Crumble mit Kräuterdip	1Weizen,3,7			

Speiseplan von 08.11. bis 12.11.2021			Bitte Bestellmenge, mit oder ohne Fleisch wählen! Freitags süß oder herzhaft?		
			veggie	mit Fleisch	süß
Montag	Kürbis Lasagne, Quarkspeise	1Weizen,7,9			
Dienstag	Blumenkohl - Apfelcremesuppe, Rote Betsalat	7,9,10,12			
Mittwoch	Linsen - Reis - Curry* mit Feta (separat), Schokopudding	7,9			
Donnerstag	Kochklops aus Hack oder vegetarisch, Salzkartoffeln und bunter Bohnensalat	3,7,9,10,12,C			
Freitag	Hefeklöße mit Kirschkompott oder Bauernomelett mit Salat	1Weizen,3,7,9 12			

Speiseplan von 15.11. bis 19.11.2021			veggie	mit Fleisch	süß
Montag	Pasta mit Kürbispesto und Tomaten, Fruchtojoghurt	1Vollkorn,7,9			
Dienstag	Kartoffelpüree, Rahmspinat & Ei, Möhrensalat	3,7,9,12			
Mittwoch	Möhreneintopf* mit Rindfleisch (wahlweise), Grießpudding	7,9,10			
Donnerstag	Moussaka, Weißkohlsalat	7,9,12			
Freitag	Apfelstrudel mit Vanillesoße oder Gemüsestrudel mit Kräuterdip	1Weizen,3,7			

Speiseplan von 22.11. bis 30.11.2021			veggie	mit Fleisch	süß
Montag	Bunter Nudelauflauf, Cookies	1Weizen/ Vollkorn, 3,7,9			
Dienstag	Kürbissuppe* mit Croutons, Rotkohlsalat mit Orange	1Weizen,3,7,9			
Mittwoch	Süßkartoffel - Kokosragout*, Zitronenmousse	3,7,9			
Donnerstag	Rüben - Allerlei mit Käse, Hähnchenbrust (wahlweise), Gurkensalat	7,9,12			
Freitag	Milchreis mit Bratapfelkompott oder gefüllte Reisbällchen in Gemüserahm	3,7,9			
Montag	Pasta mit Paprika - Karottensoße, Sonnenblumenkerne, Mascarponecreme	1Vollkorn,7,9			
Dienstag	Eintopf mit Spitzkohl und Kichererbsen*, Kartoffelsalat	7,9,12			

Allergen - Kennzeichnung:		Zusatzstoff - Kennzeichnung:	
1	glutenhaltiges Getreide	A	Farbstoff
2	Krebstiere	B	Konservierungsstoff
3	Eier	C	Antioxidationsmittel
4	Fisch	D	Geschmacksverstärker
5	Erdnüsse	E	geschwefelt
6	Soja	D	geschwärzt
7	Milch/ Milchzucker	F	gewachst
8	Schalenfrüchte	G	Süßungsmittel
9	Sellerie	H	Phosphat
10	Senf	I	chininhaltig
11	Sesam	J	koffeinhaltig
12	Sulfit/Schwefeldioxid	K	taurinhaltig
13	Lupine	* Hauptgericht ist vegan!	
14	Weichtiere		