



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 	Vegane Frikadelle mit Tomaten- Kichererbsenragout Vollkornreis	Bio-Spirelli mit Tomatensoße Reibekäse Karottensalat	Vollkornreisgemüsepfanne Kräutersoße	Paniertes Wildlachsfilet Kräuterdip Salzkartoffeln Blattsalat mit Sauerrahmdressing	2 Gekochte Eier Frankfurter grüne Soße Salzkartoffeln
Menü 2	Putengeschnetzeltes Spätzle	Moussaka Hackfleischgemüseauflauf) (Rind) mit Karottensalat	Putengeschnetzeltes Stroganoff (Chamingnons,Gurkenstrei fen) dazuNudeln	Putenleberkäse Champignonsoße Kartoffelsalat Essig Öl	Geflügelbratwurst Rahmspinat und Kartoffeln
Menü 3 vegetarisch	Patros Pfanne (Kartoffelgemüsepfanne) Tzatziki	Gebratene Schupfnudeln Tomaten-Frischkäsesoße	Kartoffel-Kohlrabi Auflauf Blattsalat Essig Öl Dressing	Gebratene Gnocchi Mediterranes-Gemüse geriebener Hartkäse	5 Vegetarische Hackbällchen Bio-Bulgur Paprikasoße
Dessert 	Schokoladenpudding	Stückobst	Fruchtjoghurt	Vanillequark	Stückobst



Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität. Diese sind tagesaktuell auf dem Speiseplan mit "Bio" gekennzeichnet.
Unsere eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

Das **OPAL** - Team wünscht seinen Gästen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 	Karottensuppe mit Frühlingslauch Baguette GL/GL-W	Linseneintopf GL/GL-W/SL Kaiserbrötchen GL/GL-W	Rindswurst 2/3/8 Currysoße 21/5/SL Schwenkkartoffeln Karottensticks	Paniertes Seelachsfilet mit FI/GL/GL-W Limettendip, LA Petersilienkartoffeln und Karottensalat	Pastinakencremesuppe LA Grießbrei mit GL/GL-W/LA Pflaumenkompott
Menü 2	Blumenkohl-Brokkoli Auflauf 2/3/8/LA Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel GL/GL-W Kartoffelgurkensalat 2/5 Schnittlauchdip LA	Rinderhacksteak mit EI/GL Perlcouscous und GL/GL-W Sauce ala Arabiata 2/3/4	3 Geflügel Cevapcici EI/GL/GL-W/SL Djuvecreis Blattsalat	Hähnchen-Paprikapfanne mit Basmatireis
Menü 3 vegetarisch	Hausgemachter Milchreis LA Pflaumensoße Vorspeise: Blumenkohlcremesuppe LA	Kaiserschmarrn EI/GL/GL-W/LA Erdbeermark Vorsuppe: Gemüsecremesuppe LA/SL	5 Falafel Bällchen im Fladenbrot und GL/GL-W/SE Joghurdip mit LA Dönersalat(zum füllen) Schwenkkartoffeln	Kartoffelcremesuppe LA Baguette GL/GL-W	Vegetarische Tortellini GL/GL-W Tomatensaucen GL/GL-W Blattsalat
Dessert 	Doppel-Keks GL/GL-W/LA	Stückobst	Schokoladenpudding LA	Fruchtjoghurt 9/21/LA	Stückobst



Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität. Diese sind tagesaktuell auf dem Speiseplan mit "Bio" gekennzeichnet.
Unsere eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

Das **OPAL** - Team wünscht seinen Gästen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!

Allergen- und Zusatzstofflegende:

2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 8 Phosphate, 9 Süßungsmittel/n, 21 mit Zucker & Süßungsmitteln, EI enthält Eier, FI enthält Fisch, GL enthält Gluten, GL-G enthält Gerste, GL-H enthält Hafer, GL-R enthält Roggen, GL-W enthält Weizen, Dinkel, Khorsan-Weizen, LA enthält Milch, S enthält Senf, SC enthält Schalenfrüchte, SC-CA enthält Cashewnüsse, SC-HA enthält Haselnüsse, SC-MA enthält Mandeln, SC-MC enthält Macadamianuss, SC-PA enthält Paranuss, SC-PE enthält Pekannuss, SC-PI enthält Pistazien, SC-W enthält Walnüsse, SE enthält Sesamsamen, SL enthält Sellerie, SO enthält Soja



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Menü 1 	Vollkornnudeln GL/GL-W Basilikum Pesto Soße LA/SC/SC-CA Tomaten-Eisbergsalat Sauerrahmdressing LA	Linsencurry mit Kichererbsen 3 Vollkornreis Sauerrahmdip LA	Kartoffel-Spinatgratin LA Blattsalat Essig Öl Dressing 3/S/SD	Rindergeschnetzeltes Spätzle EI/GL/GL-W Chinakohlsalat mit Sauerrahmdressing LA	2 Jumbo Fischsticks FI/GL/GL-G/GL-H/GL-R/GL-W Petersilienkartoffeln Rahmspitzkohl LA
Menü 2	Mac and Cheese mit Röstzwiebeln 1/8/EI/GL/L-W/LA Knabbergurken	3 Gemüseaultaschen 2/3/EI/GL/L-W/LA Tomatisierter Käsesauce 8/LA Blattsalat	6 Köttbullar Bällchen (Geflügel) EI/GL/GL-W Preiselbeerrahmsauce Krautsalat GL/GL-W Salzkartoffeln	Schupfnudelngemüse Pfanne GL/GL-W/LA/S/SL/SO Käsesoße 8/LA	Schinkennudeln (Putenschinken) 2/3/8/GL/L-W mit fruchtiger Tomatensoße Blattsalat
Menü 3 vegetarisch	Blumenkohl in Käsesoße 8/LA Kartoffeln	3 Pancake mit 8/EI/GL/L-W/LA Schokoladensauce LA Gemüsecremesuppe LA/SL	Bio-Spaghetti GL/GL-W Linsen-Bolognese GL/GL-G/LA/SL/SO Reibekäse LA	rote Linsensuppe Fladenbrot GL/GL-W/SE	Mildes Gemüsecurry 3/SL/SO Reis
Dessert 	Apfelmus 3	Stückobst	Fruchtjoghurt 9/21/LA	Vanillequark LA	Stückobst



Wir verwenden Lebensmittel in Bio-Qualität. Diese sind tagesaktuell auf dem Speiseplan mit "Bio" gekennzeichnet.
Unsere eingesetzten und gekennzeichneten Bio-Zutaten sind von der Öko-Kontrollstelle ABCERT (DE-ÖKO-006) zertifiziert.

Das **OPAL** - Team wünscht seinen Gästen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten!

Allergen- und Zusatzstofflegende:

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 8 Phosphate, 9 Süßungsmittel/n, 21 mit Zucker & Süßungsmitteln, EI enthält Eier, FI enthält Fisch, GL enthält Gluten, GL-G enthält Gerste, GL-H enthält Hafer, GL-R enthält Roggen, GL-W enthält Weizen, Dinkel, Khorasan-Weizen, LA enthält Milch, S enthält Senf, SC enthält Schalenfrüchte, SC-CA enthält Cashewnüsse, SC-HA enthält Haselnüsse, SC-MA enthält Mandeln, SC-PI enthält Pistazien, SC-W enthält Walnüsse, SD enthält Schwefeldioxid/ Sulfite, SE enthält Sesamsamen, SL enthält Sellerie, SO enthält Soja