

	Gesundheitstage				
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
I	Tomatencremesuppe klein € 2,10 groß € 3,00 (vegetarisch) (G)	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Avocado-Süppchen klein € 2,10 groß € 3,00 (vegetarisch) (I)	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Grünkohlcremesuppe klein € 2,10 groß € 3,00 (vegetarisch) (G)	Klare Brühe mit Ei klein € 2,10 groß € 3,00 (vegetarisch) (C,I)	Kartoffelcremesuppe klein € 2,10 groß € 3,00 (vegetarisch) (G)
II	Schupfnudel-Auflauf mit Salat (vegetarisch) € 5,00 (G,I)	Wildreis-Gemüse-Risotto mit Salat (vegetarisch) € 5,00 (G,I)	Currywurst mit Pommes € 4,10 (2,3,5,7)	Mediterraner Folienkäse mit Weißbrot und Salat (vegetarisch) € 5,00 (A,G,I)	Gemüse-Eintopf mit Brot und Salat (vegetarisch) € 4,50 (A,I)
III	Paniertes Schnitzel mit Pommes und Salat € 5,00 (A,C,G,I)	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Kräuter-Joghurt-Hähnchen mit Bulgur dazu Salat oder Smoothie € 5,00 (G,I) <b>Kleiner Tipp:</b> verstaubte Laufschuhe rausholen und sich dem SBK-Lauf-Team anschließen	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Rosenkohl-Auflauf mit Sonnenblumenkernen, Magerquark dazu Salat oder Smoothie (vegetarisch) € 5,00 (G,I)	Rigatoni "Siziliana" (Salami, Peperoni, Paprika) dazu Salat € 5,00 (G,I)	Gyrosgeschnitztes mit Reis oder Nudeln dazu Salat € 5,00 (A,G,I)
IV	!Pizza des Tages! Pizza "Quattro Formaggi" Ø 26 cm: € 5,00 Ø 33 cm: € 7,00 (vegetarisch) (A,G)	Spaghetti Bolognese mit Salat € 5,00 (A,I)	!Pizza des Tages! Pizza "Indien" (Paprika, Mais, Kichererbsen) Ø 26 cm: € 5,00 Ø 33 cm: € 7,00 (vegetarisch) (A,G)	Gedünstetes Fischfilet mariniert mit Pesto mit Reis und Salat € 6,50 (A,D,I)	!Pizza des Tages! Pizza "Lardo" (Speck, Zwiebeln) Ø 26 cm: € 5,00 Ø 33 cm: € 7,00 (A,G)
V	Bunter Salatteller mit Schinken und Röstzwiebeln dazu Pane € 5,00 (A,C,G)	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Bunter Salatteller mit Leinsamen dazu Pane (vegetarisch) € 5,00 (A) <b>Kleiner Tipp:</b> Weißbrot weglassen für ein Low-carb-Varianten	<b>Tipp zum Gesundheitstag</b> Bunter Salatteller mit Wildlachs dazu Pane € 6,50 (A,D) <b>Kleiner Tipp:</b> Eiweiß und Sport sind eine gute Kombination	Bunter Salatteller mit marinierten Zucchini und Auberginen dazu Pane (vegetarisch) € 5,00 (A)	Bunter Salatteller mit geriebenem Käse dazu Pane (vegetarisch) € 5,00 (A,G)

Warme Küche: **Montag - Freitag:** 11.00 - 13.30 Uhr

Pizzen: **Montag-Donnerstag:** 11.00 - 13.45 Uhr - **Freitag:** 11.00 - 13.30 Uhr

Auf Wunsch und nach Absprache können auch **nicht-allergene Gerichte** zubereitet werden.

**Kennzeichnung von Zusatzstoffen und Allergenen:**

1) Farbstoff, 2) Konservierungsstoff, 3) Antioxidationsmittel, 4) Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) Süßungsmittel, 7) Phosphat

A) Gluten (Weizenmehl), B) Krebstiere, C) Eier, D) Fisch, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milchprodukte, H) Schalenfrüchte, I) Sellerie, J) Senf, K) Sesamsamen, L) Schwefeldioxid und Sulphite, N) Weichtiere

Da Kreuzkontaminationen nicht auszuschließen sind, kann jedes Gericht Spuren von Allergenen enthalten.