# Allergen-Speiseplan Januar 2023
# BIOLOGISCH

FR CATERING
Farroch Radjeh

## Montag den 09.01.

**Rindertopf mit Bio-Penne**
Rindergulasch [a, a1, a3, l]
Penne Bio [a, a1]

**Kartoffel-Kürbis-Gratin, dazu Knabbergurken (100% Bio)**
Kartoffel-Kübis-Gratin Bio [g]
Gurke ganz Bio

## Dienstag den 10.01.

**Hähnchenbrustfilet mit Paprikasauce, dazu Bio-Vollkornreis und Salat mit Honig-Vinaigrette**
Hähnchenbrustfilet natur
Paprikasauce [a, a1, a3, g, i, l]
Bio-Vollkornreis
Salat Dienstag
Honig-Vinaigrette [j, l]

**Bulgur Bratling mit Käse und Paprikasauce, dazu Bio-Vollkornreis und Salat mit Honig-Vinaigrette**
Bulgur Bratling mit Käse [a, a1, g]
Paprikasauce [a, a1, a3, g, i, l]
Bio-Vollkornreis
Salat Dienstag
Honig-Vinaigrette [j, l]

**Kaiserschmarrn mit Vanillesauce, dazu Zimt und Zucker**
Kaiserschmarrn [a, a1, c, g]
Vanillesauce [g]
Zimt und Zucker

## Mittwoch den 11.01.

**Seelachs (natur) mit Blattspinat und Bio-Farfalle**
Pochiertes Seelachsfilet [d]
Blattspinat [g]
Salzkartoffeln Bio

**Hausgemachtes Kartoffelpüree mit Möhrenrahmgemüse**
Möhrenrahmgemüse [g]
Kartoffelpüree [g, l]

## Donnerstag den 12.01.

**Erbseneintopf mit Rindswurst dazu Bio-Weizenbaguette**
Erbseneintopf [i]
Rindswurst [i, j]
Baguette Bio [a, a1]

**Erbseneintopf dazu Weizenbaguette (100% Bio)**
Bio-Erbseneintopf [i]
Baguette Bio [a, a1]

FR Event- und MesseCatering GmbH • Georg-Heinrich-Appl-Str. 2 • 97234 Reichenberg
www.frcatering.de • biologisch@frcatering.de • Fon: 09334 – 97791 0 • Fax: 09334 – 97791 22

Folgende deklarationspflichtige Allergene sind laut Rezeptur in unseren Speisen enthalten:

| | | | |
|---|---|---|---|
| a Glutenhaltiges Getreide | b enthält Krebstiere | h1 enthält Mandel | h8 enthält Macadamianuss |
| a1 enthält Weizen | c enthält Eier | h2 enthält Haselnuss | i enthält Sellerie |
| a2 enthält Roggen | d enthält Fisch | h3 enthält Walnuss | j enthält Senf |
| a3 enthält Gerste | e enthält Erdnuss | h4 enthält Kaschunuss | k enthält Sesam |
| a4 enthält Hafer | f enthält Soja | h5 enthält Pekannuss | l enthält Schwefeldioxid |
| a5 enthält Dinkel | g enthält Milch und Milcherzeugnisse | h6 enthält Paranuss | m enthält Lupine |
| a6 enthält Kamut | h Schalenfrüchte/Nüsse | h7 enthält Pistazie | n enthält Weichtiere |

DE-ÖKO-006

BIOLOGISCH®
CATERING FÜR SCHULEN & KITAS

Besonderer Spuren-Hinweis: Kreuzkontaminationen bei einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen bei einzelnen Produkten können nicht ausgeschlossen werden.

# Allergen-Speiseplan Januar 2023
# BIOLOGISCH

**Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf, dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100% Bio)**
Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf Bio [g, i]
Salat Mix Bio
Essig-Öl-Dressing Bio [i, j, l]

## Freitag den 13.01.

**PASTA - Bio-Spaghetti mit Carbonarasauce von der Pute,**
**dazu Grana Padano und Salat mit Joghurtdressing**
Bio-Spaghetti [a, a1]
Carbonara Sauce Pute [a, a1, c, g, i]
Parmesan [c, g]
Salat Freitag
Joghurtdressing [c, g, j, l]

**Gemüseknödel mit Champignonrahm,**
**dazu Salat mit Joghurtdressing**
Gemüseknödel [a, a1, c, g, i]
Champignonrahm [g]
Salat Freitag
Joghurtdressing [c, g, j, l]

## Montag den 16.01.

**Putengeschnetzeltes mit Bio-Vollkorn-Spirelli, dazu Blumenkohl-Gemüse**
Putengeschnetzeltes [a, a1, a3, g, l]
Blumenkohl-Gemüse [g]
Bio-Vollkornspirelli [a, a1]

**Drei Gemüsereibekuchen (Kartoffeln, Zucchini, Möhren),**
**dazu Kräuterquark**
Gemüsereibekuchen [a, a1, a4]
Kräuterquark [g]

## Dienstag den 17.01.

**Chili con Carne vom Rind (rote Kidneybohnen, Mais, Paprika)**
**dazu Bio-Weizenbaguette**
Chili con Carne (Rind) [i]
Baguette Bio [a, a1]

**Chili sin Carne (rote Kidneybohnen, Mais, Paprika),**
**dazu Weizenbaguette (100% Bio)**
Chili sin Carne Bio [i]
Baguette Bio [a, a1]

**Vier Veggie-Nuggets (Chicken Style)**
**mit Ketchup und Kartoffelecken**
Veggie-Nuggets (Chicken Style) [a, a1]
Ketchup
Kartoffelecken [l]

FR Event- und MesseCatering GmbH • Georg-Heinrich-Appl-Str. 2 • 97234 Reichenberg
www.frcatering.de • biologisch@frcatering.de • Fon: 09334 – 97791 0 • Fax: 09334 – 97791 22

Folgende deklarationspflichtige Allergene sind laut Rezeptur in unseren Speisen enthalten:

| | | | |
|---|---|---|---|
| a Glutenhaltiges Getreide | b enthält Krebstiere | h1 enthält Mandel | h8 enthält Macadamianuss |
| a1 enthält Weizen | c enthält Eier | h2 enthält Haselnuss | i enthält Sellerie |
| a2 enthält Roggen | d enthält Fisch | h3 enthält Walnuss | j enthält Senf |
| a3 enthält Gerste | e enthält Erdnuss | h4 enthält Kaschunuss | k enthält Sesam |
| a4 enthält Hafer | f enthält Soja | h5 enthält Pekannuss | l enthält Schwefeldioxid |
| a5 enthält Dinkel | g enthält Milch und Milcherzeugnisse | h6 enthält Paranuss | m enthält Lupine |
| a6 enthält Kamut | h Schalenfrüchte/Nüsse | h7 enthält Pistazie | n enthält Weichtiere |

DE-ÖKO-006

Besonderer Spuren-Hinweis: Kreuzkontaminationen bei einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen bei einzelnen Produkten können nicht ausgeschlossen werden.

# Allergen-Speiseplan Januar 2023
# BIOLOGISCH

FR CATERING
Farroch Radjeh

## Mittwoch den 18.01.

**Geflügelfrikadelle mit Champignonsauce,**
**dazu kleine Bio-Kartoffeln**

Geflügelfrikadelle [a, a1, c, g]
Champignonsauce [g]
Kleine Kartoffeln Bio

**Spinat-Käse-Taler mit Kräutersauce und Bio-Farfalle,**
**dazu Salat mit Joghurtdressing**

Spinatschnitzel [a, a1, c, g, i]
Kräutersauce [g, i]
Farfalle Bio [a, a1]
Salat Mittwoch
Joghurtdressing [c, g, j, l]

## Donnerstag den 19.01.

**Hokifischfilet "Müllerin Art" (mit Mehl gebacken)**
**mit Tomatensauce, dazu Bio-Dinkelreis und Knabbermöhren**

Hokifischfilet "Müllerin Art" [a, a1, d, g, j]
Tomatensauce [i]
Bio-Dinkelreis [a, a5]
Karotte ganz

**Veganer Backfisch mit Tomatensauce, dazu Bio-Dinkelreis und Knabbermöhren**

Backfisch vegan [a, a1]
Tomatensauce [i]
Bio-Dinkelreis [a, a5]
Karotte ganz

**Raviolini-Auflauf mit Spinat-Sauce,**
**dazu Salat mit Essig-Öl-Dressing (100 % Bio)**

Raviolini Auflauf mit Spinat-Sauce (100% Bio) [a, a1, g, i]
Salat Mix Bio
Essig-Öl-Dressing Bio [i, j, l]

## Freitag den 20.01.

**Hähnchenschnitzel natur mit Paprikasauce und Spätzle**

Hähnchenbrustfilet natur
Paprikasauce [a, a1, a3, g, i, l]
Spätzle [a, a1, c]

**Cremige Gemüsesuppe mit Pastinaken,**
**dazu Weizenbaguette (100% Bio)**

Cremige Gemüsesuppe mit Pastinaken Bio [g, i]
Baguette Bio [a, a1]

## Montag den 23.01.

**Würstchenragout (Rind) in Tomatensauce, dazu Bio-Rigatonelli**

Würstchengulasch (Rind) in Tomatensauce [i]
Bio-Rigatonelli [a, a1]

FR Event- und MesseCatering GmbH • Georg-Heinrich-Appl-Str. 2 • 97234 Reichenberg
www.frcatering.de • biologisch@frcatering.de • Fon: 09334 – 97791 0 • Fax: 09334 – 97791 22

Folgende deklarationspflichtige Allergene sind laut Rezeptur in unseren Speisen enthalten:

| | | | |
|---|---|---|---|
| a Glutenhaltiges Getreide | b enthält Krebstiere | h1 enthält Mandel | h8 enthält Macadamianuss |
| a1 enthält Weizen | c enthält Eier | h2 enthält Haselnuss | i enthält Sellerie |
| a2 enthält Roggen | d enthält Fisch | h3 enthält Walnuss | j enthält Senf |
| a3 enthält Gerste | e enthält Erdnuss | h4 enthält Kaschunuss | k enthält Sesam |
| a4 enthält Hafer | f enthält Soja | h5 enthält Pekannuss | l enthält Schwefeldioxid |
| a5 enthält Dinkel | g enthält Milch und Milcherzeugnisse | h6 enthält Paranuss | m enthält Lupine |
| a6 enthält Kamut | h Schalenfrüchte/Nüsse | h7 enthält Pistazie | n enthält Weichtiere |

DE-ÖKO-006

BIOLOGISCH®
CATERING FÜR SCHULEN & KITAS

Besonderer Spuren-Hinweis: Kreuzkontaminationen bei einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen bei einzelnen Produkten können nicht ausgeschlossen werden.

# Allergen-Speiseplan Januar 2023
# BIOLOGISCH

FR CATERING
Farroch Radjeh

**Vegane Mini Frikadellen mit Blattspinat und Bio-Reis**
Hackbällchen Vegan [a, a1, j]
Bio-Reis
Blattspinat [g]

## Dienstag den 24.01.

**Bio-Linseneintopf mit Puten-Wienerwürstchen**
**und Bio-Weizenbaguette**
Linseneintopf Bio [i]
Putenwürstchen [j]
Baguette Bio [a, a1]

**Linseneintopf mit Weizenbaguette (100% Bio)**
Linseneintopf Bio [i]
Baguette Bio [a, a1]

**PASTA - Überbackene Cannelloni gefüllt**
**mit vegetarischer Bolognese (Soja) in Kürbis-Bechamelsauce,**
**dazu Möhren-Apfel-Salat**
Überbackene Cannelloni gefüllt mit vegetarischer Bolognese (Soja)
in Kürbis-Bechamelsauce [a, a1, f, g, i]
Karotten-Apfelsalat [l]

## Mittwoch den 25.01.

**Hamburger mit Burgerbrötchen, Frikadelle (Geflügel),**
**Tomaten, Salat, Gurken und Burgersauce, dazu Kartoffelecken**
Burger Brötchen [a, a1, g, k]
Geflügel burger [j]
Gewürzgurken in Scheiben
Tomaten in Scheiben
Romana geschnitten
Burger-Sauce [c, j]
Kartoffelecken [l]

**PASTA - Vollkorn-Spaghetti mit Käsesauce,**
**dazu geriebener Käse und Knabbergurken (100% Bio)**
Bio-Vollkornspaghetti [a, a1]
Käsesauce Bio [g, i]
Reibekäse Bio [g]
Bio-Gurke ganz

## Donnerstag den 26.01.

**Vegetarische Frühlingsrolle (Mungobohnen, Weißkohl, Lauch)**
**mit asiatischen Gemüse, dazu Parboiled Basmatireis**
Vegetarische Frühlingsrolle [a, a1, c, g, i]
Parboiled Basmatireis
Asiatisches Gemüse (Karotte, Bambus, Sojasprossen) [a, a1, f, i]

**Eierpfannkuchen Apfel-Zimt mit Vanillesauce**
Eierpfannkuchen Apfel-Zimt [a, a1, c, g]
Vanillesauce [g]

FR Event- und MesseCatering GmbH • Georg-Heinrich-Appl-Str. 2 • 97234 Reichenberg
www.frcatering.de • biologisch@frcatering.de • Fon: 09334 – 97791 0 • Fax: 09334 – 97791 22

Folgende deklarationspflichtige Allergene sind laut Rezeptur in unseren Speisen enthalten:

| | | | |
|---|---|---|---|
| a Glutenhaltiges Getreide | b enthält Krebstiere | h1 enthält Mandel | h8 enthält Macadamianuss |
| a1 enthält Weizen | c enthält Eier | h2 enthält Haselnuss | i enthält Sellerie |
| a2 enthält Roggen | d enthält Fisch | h3 enthält Walnuss | j enthält Senf |
| a3 enthält Gerste | e enthält Erdnuss | h4 enthält Kaschunuss | k enthält Sesam |
| a4 enthält Hafer | f enthält Soja | h5 enthält Pekannuss | l enthält Schwefeldioxid |
| a5 enthält Dinkel | g enthält Milch und Milcherzeugnisse | h6 enthält Paranuss | m enthält Lupine |
| a6 enthält Kamut | h Schalenfrüchte/Nüsse | h7 enthält Pistazie | n enthält Weichtiere |

DE-ÖKO-006

BIOLOGISCH®
CATERING FÜR SCHULEN & KITAS

Besonderer Spuren-Hinweis: Kreuzkontaminationen bei einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen bei einzelnen Produkten können nicht ausgeschlossen werden.

# Allergen-Speiseplan Januar 2023
# BIOLOGISCH

FR CATERING
Farroch Radjeh

## Freitag den 27.01.

**Gebackenes Lachsfilet mit Remouladensauce,**
**dazu Bio-Salzkartoffeln und Salat mit Honig-Vinaigrette**

Gebackenes Lachsfilet [a, a1, d]
Remoulade [c, g, j]
Salzkartoffeln Bio
Salat Freitag
Honig-Vinaigrette [j, l]

**Soja-Geschnetzeltes mit Champignons,**
**dazu Semmelknödel und Rote Bete Salat**

Soja-Geschnetzeltes Züricher Art [a, a1, a3, f, g, i, l]
Semmelknödel [a, a1, c, g]
Rote Bete Salat [i, j]

## Montag den 30.01.

**Drei Cevapcici (Rind) mit Ajvar, dazu Kritharaki**
**und Gurkensalat mit Schmand und Dill**

Cevapcici (Rind) [a, a1]
Ajvar [i]
Kritharaki (Griechische Nudeln) [a, a1, c]
Gurkensalat Schmand Dill FPS [c, g, i, j, l]

**Schupfnudeln mit Rahmspinat und Ei**

Schupfnudeln [a, a1, c, i]
Rahmspinat [g]
Eier gekocht [c]

## Dienstag den 31.01.

**Geflügelgyros mit Tzaziki und Bio-Reis,**
**dazu Krautsalat in Essig-Öl-Dressing**

Geflügelgyros
Tzaziki [g]
Bio-Reis
Krautsalat

**Vegetarisches Gyros (Soja) mit Tzaziki und Bio-Reis,**
**dazu Krautsalat in Essig-Öl-Dressing**

Vegetarisch Gyros [f, i]
Tzaziki [g]
Bio-Reis
Krautsalat

**PASTA - Bio-Vollkorn-Spirelli mit vegetarischer Bolonese (Gerste),**
**dazu Grana Padano und Blattsalat mit Joghurtdressing**

Gerstenbolognese [a, a3, i]
Vollkornspirelli Bio [a, a1]
Parmesan [c, g]
Salat Dienstag
Joghurtdressing [c, g, j, l]

FR Event- und MesseCatering GmbH • Georg-Heinrich-Appl-Str. 2 • 97234 Reichenberg
www.frcatering.de • biologisch@frcatering.de • Fon: 09334 – 97791 0 • Fax: 09334 – 97791 22

Folgende deklarationspflichtige Allergene sind laut Rezeptur in unseren Speisen enthalten:

| | | | |
|---|---|---|---|
| a Glutenhaltiges Getreide | b enthält Krebstiere | h1 enthält Mandel | h8 enthält Macadamianuss |
| a1 enthält Weizen | c enthält Eier | h2 enthält Haselnuss | i enthält Sellerie |
| a2 enthält Roggen | d enthält Fisch | h3 enthält Walnuss | j enthält Senf |
| a3 enthält Gerste | e enthält Erdnuss | h4 enthält Kaschunuss | k enthält Sesam |
| a4 enthält Hafer | f enthält Soja | h5 enthält Pekannuss | l enthält Schwefeldioxid |
| a5 enthält Dinkel | g enthält Milch und Milcherzeugnisse | h6 enthält Paranuss | m enthält Lupine |
| a6 enthält Kamut | h Schalenfrüchte/Nüsse | h7 enthält Pistazie | n enthält Weichtiere |

DE-ÖKO-006

BIOLOGISCH®
CATERING FÜR SCHULEN & KITAS

Besonderer Spuren-Hinweis: Kreuzkontaminationen bei einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen bei einzelnen Produkten können nicht ausgeschlossen werden.