



INTEGRA GmbH (g)
Grasweg 1
59557 Lippstadt
Tel.: 02941 - 752300
E-Mail:

iks.essensbestellung@ini.de
www.ini.de

Menüplan Woche 21.10.2019-25.10.2019

KW 43	Menü 1	Menü 2	Menü 3 Vegetarisch	Menü 4 BIO
Montag 21.10.2019	Paella Hähnchenbrustwürfel Erbsen/Paprika/Zucchini Reis Vanillecreme (g)	Paprikaschote gefüllt mit Schweinehackfleisch(c) Fruchtige Tomatensoße Reis Vanillecreme (g)	Veg. Kartoffel-Gemüsepfanne(i) Pfannengemüse Kräutersoße (g) Vanillecreme (g)	Köttbullar (Schwein/Rind) Bratensoße Mischgemüse Kartoffeln Obst
Dienstag 22.10.2019	Spaghetti(a/Weizen) Carbonara Käsesoße mit geräucherter Putenbrust in feinen Würfeln (g, l) Rohkost Obst	Rinderrahmgeschnetzeltes in Bratensoße (g) Kohlrabigemüse Kartoffeln Obst	Vegetarischer Wirsing Eintopf (i) Dinkelbrötchen (a/Dinkel) Obst	Nudelaufguss(a/Weizen) mit Fetakäse (g) und Rinderhackfleisch Tomatensoße (g,i) Obst
Mittwoch 23.10.2019	Burger zum selber Belegen(2 St.) Rinderfrikadelle Burgerbrötchen(a/Weizen) Veganer Wackelpudding mit Vanillesoße(g)	Pan. Fischfilet(a/Weizen)(Wels) Gemüsesoße (i,g) Tomatensalat mit Essig-Öl-Dressing Kartoffeln Veganer Wackelpudding mit Vanillesoße(g)	Vegetarischer Burger zum selber Belegen(2 St.) Gemüsefrikadelle Burgerbrötchen(a/Weizen) Veganer Wackelpudding mit Vanillesoße(g)	Wirsing-Kartoffelaufguss mit getrockneten Aprikosen (l) Obst
Donnerstag 24.10.2019	Schnittbohne Eintopf (i) Rindfleischwürfel Roggenbrötchen (a/Roggen) Obst	Geflügelfrikadelle(a/Weizen) (Pute/Hähnchen) Bratensoße Mischgemüse Kartoffelpüree (g) Obst	Vegetarische Pfannkuchen Helle Soße (i,g) Blattsalat mit Cocktail-Dressing (g) Kartoffelpüree (g) Obst	Ostfriesischer Bauernaufguss mit Kartoffeln (a, g, i) Obst
Freitag 25.10.2019	Hähnchensteak "Hawai" (Ananassscheibe) mit Käse (g) überbacken Rahm-Bratensoße (g) Blattsalat mit Joghurt-Dressing(g) Schwenkkartoffeln Quarkspeise natur (g)	Pochierte Eier (2 St.) Senfsoße (g) Rahmspinat (g) Schwenkkartoffeln Quarkspeise natur (g)	Veg.Zucchini-Kartoffel-Auflauf (g) Vollwertbrötchen (a/Roggen) Quarkspeise natur (g)	Chilli con couscous (i,a) Obst

Änderungen sind der Küche vorbehalten !

Folgende Zusatzstoffe	1 - mit Farbstoff können in den Lebensmitteln enthalten sein:	2 - mit Konservierungsstoffen 3 - mit Antioxidationsmittel 4 - mit Geschmacksverstärker 5 - geschwefelt / 6 - geschwärzt	7 - gewachst / 8 - mit Phosphat 9 - mit Süßungsmitteln 10 - enthält eine Phenylalanin-Quelle 11 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	12 - unter Schutzatmosphäre verpackt 13 - für Lactoseunverträglichkeit geeignet 14 - für Fructose-Unverträglichkeit geeignet 15 - Milcheiweiß 16 - Aroma
Folgende Allergene	a - Glutenhaltiges Getreide können in den Lebensmitteln enthalten sein:	b - Krebstiere / c - Eier d - Fisch / e - Erdnüsse	f - Soja / g - Milch h - Schalenfrüchte i - Sellerie / j - Senf	k - Sesamsamen l - Schwefeldioxid und Sulphite m - Lupinen / o - Histamin