



Z Catering

www.z-catering.de (DE-ÖKO-070)



Christoph Földerich

Woche 20.12.-24.12.2021 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Montag			
Menü 2	Grüne Erbsencremesuppe (1, 2, 12, 21) (Vorsuppe), zwei Pancakes (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus, Zucker und Zimt	kcal: 504 F: 15.2	E: 14.4 KH: 76.6
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Kohlrabirohkost, Apfel		
Dienstag			
Menü 1	Paneerkäse in einem Tomatengemüseragout (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Zucchini, Bio - Paprika, Bio - Karotten, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) mit Reis (Bio - Fairtrade - Reis) dazu ein Joghurtdip (129 mit Schnittlauch (Bio - Joghurt)	kcal: 355 F: 11.2	E: 10.2 KH: 54.8
Menü 2	Geflügelbolognese (1, 2, 21, 22) mit Wurzelgemüse (Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Tomaten) und Nudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) dazu geriebener Käse (129 und ein Möhrensalat (Bio - Möhren)	kcal: 265 F: 10.9	E: 14.1 KH: 26.7
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Bio - Clementine		
Mittwoch			
Menü 1	Möhreneintopf (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren) mit Wurzelgemüse (Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie) mit frischem Baguette (1, 2, 3, 4) (Bio - Baguette) dazu frische Petersilie	kcal: 276 F: 10.0	E: 6.6 KH: 39.1
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Orange, Bio - Kirschjoghurt (12)		
Donnerstag			
Menü 1	Gurken - Dillquark (12) mit Leinenöl und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) dazu ein Tomaten - Gurkensalat	kcal: 330 F: 11.7	E: 13.6 KH: 42.0
Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Paprikahokost, Kohlrabirohkost		
Freitag			

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E=Eiweiß
F=Fett
KH=Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.