



# Z Catering



www.z-catering.de (bei Bio gilt: DE-ÖKO-070)

Woche 20.02.-24.02.2023 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.



Christoph Földerich

<b>Montag</b>				
	Menü 1	Buttermaiskolben (12) mit einem Kräuterquark (12) dazu Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) und ein knackiger Möhrensalat	kcal: 343 F: 2.2	E: 10.5 KH: 43.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Frischkäsedip (12)		
<b>Dienstag</b>				
	Special	Sonderveranstaltung	kcal: 0 F: 0.0	E: 0.0 KH: 0.0
	Special	Sonderveranstaltung	kcal: 0 F: 0.0	E: 0.0 KH: 0.0
<b>Mittwoch</b>				
	Menü 1	Rahmkäsewürfel in fruchtigem Currygemüse (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Paprika, Bio - Blumenkohl, Bio - Zucchini, Bio - Mais) dazu Couscous (1, 2) (Bio - Couscous) und ein Mango - Frischkäse - Dip (12)	kcal: 379 F: 11.8	E: 14.0 KH: 51.4
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Bio - Apfel, Frischkäsedip (12), Schokoladenpudding (12) (Bio - Schokoladenpudding)		
<b>Donnerstag</b>				
	Menü 1	Orientalische Linsensuppe (1, 2, 21) mit buntem Gemüse und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln) dazu ein Saure - Sahnedip (12) und frisches Baguette (1, 2) (Bio - Baguette)	kcal: 320 F: 4.9	E: 17.3 KH: 48.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Tomatenrohkost, Gurkenrohkost, Frischkäsedip (12)		
<b>Freitag</b>				
	Menü 1	Butter - Kartoffeln (12) (Bio - Kartoffeln) mit einem Gurken - Dillquark (12), Leinöl dazu ein Möhrengemüse (12) (Bio - Möhren)	kcal: 302 F: 6.5	E: 11.1 KH: 48.3
	Menü 2	Matjesfilet nach Hausfrauen Art mit Apfel - Joghurtremoulade (8, 9, 12, 22) (Bio - Joghurt) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) dazu ein Butterbohngemüse (Bio - Bohnen, Bio - Zwiebeln)	kcal: 382 F: 16.3	E: 12.5 KH: 44.8
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Fairtrade Banane, Frischkäsedip (12), Pflaumenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Pflaumen, Bio - Quark)		

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.