

Speiseplan November 2023

Essen Sie bei uns im FQZ oder holen Sie Ihr Essen ab **4,00 € pro Essen**

01.11.23 - 03.11.10.23	06.11.23 – 10.11.23	13.11.23 – 17.11.23	20.11.23 – 24.11.23	27.11.23 – 30.11.23
	Montag Nudelsuppe mit Mettbällchen 1,3,7,9,12,33,38,39,42,43,44	Montag Weißkohl - Eintopf Einlage 1,3,7,8,9,10,12,31,38,39,42,43,44	Montag Feuriger Sauerkraut - Eintopf Einlage 1,3,7,9,39,42,43,44	Montag Gemüse Eintopf Einlage 1,3,7,12,31,33,39,42,43,44
	Dienstag Köfte, Reis, Salat, Dip alá Kulbacht 1,3,7,9,10,31,33,39,44,46	Dienstag Kartoffel – Hack – Auflauf alá Narjs 1,3,7,9,10,31,33,39,42,43,44,	Dienstag Joghurt-Hühnchen, Reis alá Baraa 1,3,7,9,10,31,33,39,44,46	Dienstag Hähnchenkeule, Rotkohl, Kartoffeln 1,3,4,7,9,44,46
Mittwoch Zucchini-Tomaten-Kartoffelauf Käse überbacken 1,3,7,9,10,12,31, 33,39,44	Mittwoch Senf-Eier Kartoffeln 1,3,7,9,12,38,39,44	Mittwoch Grüne Bohnen, Tomatensauce, Reis 1,3,7,8,10,31,33,44	Mittwoch Gefüllte Teigtaschen mit Spinat, Feta Tzatziki Dip 1,3,7,9,10,12,31,33,37,39,44	Mittwoch Mit Reis gefüllte Weinblätter, Kartoffeln alá Berivan 1,3,7,9,10,31,33,39,44
Donnerstag Weiße Bohnen mit Hack, Reis alá Kadria 1,3,7,9,10,31,33,39,42,43,44,,	Donnerstag Knipp Schmorkartoffel, Gurke, Apfelmus 1,3,7,9,10,12,31,33,39,42,43,44	Donnerstag Kohlroulade Salzkartoffeln, Soße 1,3,7,9,10,12,31,33,39,42,43,44	Donnerstag Frikadelle, Gemüse, Stampf 1,3,7,9,10,31,33,38,39,42,43,44	Donnerstag Grünkohl, Kartoffeln, Kasseler 1,3,7,9,10,12,31,38,39,43,44
Freitag Backfisch, Kartoffeln, Petersiliensauce 1,3,4,7,39,44	Freitag Fischgulasch, Salzkartoffeln 1,3,4,7,9,10,31,39,44	Freitag Fischpfanne Nudeln, Sahnesoße 1,3,4,7,9,10,31,39,44	Freitag Fischcurry, Reis 1,3,4,7,9,10,31,39,44	

Vorbestellung bis aktuell 9 Uhr unter 69623152

(Keine Bestellungen über Anrufbeantworter!!!)

Speiseplanänderungen vorbehalten

Essen ab 12:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Allergene:

1. **Gluten** und Erzeugnisse daraus
2. **Krebse** und Erzeugnisse daraus
3. **Eier** und Erzeugnisse daraus
4. **Fisch** und Erzeugnisse daraus
5. **Erdnuss** und Erzeugnisse daraus
6. **Soja** und Erzeugnisse daraus
7. **Milch** Milcheiweiß und Erzeugnisse daraus inkl. Laktose
8. **Schalenfrüchte** und Erzeugnisse daraus
9. **Sellerie** und Erzeugnisse daraus
10. **Senf** und Erzeugnisse daraus
11. **Sesam** und Erzeugnisse daraus
12. **Schwefeldioxid** und Sulfite
13. **Lupine** und Erzeugnisse daraus
14. **Weichtiere** und Erzeugnisse daraus

Inhaltsstoffe:

31. mit **Farbstoff**
33. mit **Antioxidationsmittel**
36. **geschwärzt**
37. **gewachst**
38. mit **Phosphat**
39. mit **Süßungsmittel**
41. mit **Alkohol**
42. mit **Rind**
43. mit **Schwein**
44. mit **Konservierungsstoff**
46. mit **Geflügel**

Gefördert durch das Jobcenter Bremen, die Senatorin für Wirtschaft, Arbeit und Europa, aus Mitteln des Landes und des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus).



Die Senatorin für Wirtschaft,
Arbeit und Europa



Kofinanziert von der
Europäischen Union