

## Speiseplan März 2023

Essen Sie bei uns im FQZ oder holen Sie Ihr Essen ab **3,50 € pro Essen**

01.03.23 – 03.03.23	06.03.23 – 10.03.23	13.03.23 – 17.03.23	20.03.23– 24.03.23	27.03.23 – 31.03.23
<b>Montag</b> Eier in Senfsoße Salzkartoffeln 1,3,4,5,6,8,9,31,39,44	<b>Montag</b> Gulaschsuppe Paprika, Pilze, Kartoffeln 1,3,7,9,10,42,43,44,46	<b>Montag</b> Minestrone Cabanossi 1,3,7,9,10,31,39,42,43,44	<b>Montag</b> Linsen-Eintopf Einlage 1,3,7,9,10,42,43,44	<b>Montag</b> Gemüse-Eintopf Kokosmilch, Geflügel 1,3,7,9,10,,44,46
<b>Dienstag</b>	<b>Dienstag</b> Spaghetti "Carbonara" 1,3,7,9,10,42,43,44,	<b>Dienstag</b> Hühnerfrikassee Reis 1,3,4,7,9,44,46	<b>Dienstag</b> Ofenfrikadelle Tomaten, Schmorkartoffeln 1,9,10,13,42,43,44	<b>Dienstag</b> Paprika-Hack-Pfanne Feta, Reis 1,9,10,13,,42,43,44
<b>Mittwoch</b> Eier in Senfsoße Salzkartoffeln 1,3,4,5,6,8,9,31,39,44	<b>Mittwoch</b> Kohlrabi-Schnitzel Stampf, Soße 1,3,7,10,31,33,39,44	<b>Mittwoch</b> Falafel Humus, Taboulé 1,3,7,10,31,33,39,44	<b>Mittwoch</b> Spinat-Kartoffel-Auflauf mit Käse überbacken 1,3,7,31,39,44	<b>Mittwoch</b> Hausgemachte Tortellini in Gorgonzolasoße 1,3,7,31,39,44
<b>Donnerstag</b> Gyrostopf Tomatenreis, Tsatsiki 1,9,10,13,42,43,44,46	<b>Donnerstag</b> Hähnchen-Curry Pfersichwürfel, Kokosmilch, Reis 1,3,7,39,,44,46	<b>Donnerstag</b> Jägerschnitzel Champignon-Rahmsauce, Pommes 1,9,10,13,42,43,44,	<b>Donnerstag</b> Ungarisches Gulasch Spätzle 1,3,4,7,9,31,39,43,44,	<b>Donnerstag</b> Kohlrouladen Salzkartoffeln, Soße 1,3,4,7,9,31,39,42,43,44,
<b>Freitag</b> Pizza „Thunfisch-Mozzarella“ 1,3,4,7,9,31,39,44	<b>Freitag</b> Matjes Apfel-Zwiebelsoße, Schmorkartoffeln 1,3,4,7,9,31,39,44	<b>Freitag</b> Fischfrikadelle warmer bunter Kartoffelsalat 1,3,4,7,9,44	<b>Freitag</b> Indisches Fisch-Curry Kokosmilch, Reis 1,3,4,7,9,31,39,44	<b>Freitag</b> Fischgulasch Gemüse, Kartoffeln 1,3,4,7,9,31,39,44

**Vorbestellung bis aktuell 9 Uhr unter 69623152**

**(Keine Bestellungen über Anrufbeantworter!!!)**

Speiseplanänderungen vorbehalten

**Essen ab 12:00 Uhr bis 14:00 Uhr**

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

#### 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 Europäischen Sozialfonds und des Landes Bremen.

