

# Bio-Menü Vital Plus

Woche 12

## Frühlings-Woche

20.03.2023 bis 24.03.2023



Kontrolliert durch DE-ÖKO-006

EU Zugelassener Betrieb DE-BY-10799 EG

Bio-EG Kontrollnummer: D-BY-006-44719-B

**MONTAG** Paella(5,11,16) mit Seelachs(6,8), Kichererbsen & buntem Gemüse dazu Kurkumareis(16)  
(VEGI: Paella(5,11,14,16) mit Lupinen, Kichererbsen & buntem Gemüse dazu Kurkumareis(16))

Naturjoghurt(2,3,16)

**DIENSTAG** Süße Pfannkuchen(1,2,3,4,16) aus Weizenmehl mit hausgemachter roter Grütze

frisches Tagesobst

**MITTWOCH** Lasagne „Bolognese“  
Nudelplatten(1) aus Hartweizengrieß mit Rinderhackfleisch(5,11,16) überbacken mit Käse(3)  
(VEGI: Nudelplatten(1) aus Hartweizengrieß mit Sojabolognese(5,10,11,16) überbacken mit Käse(3))

frische Blattsalate der Saison mit hausgemachtem Joghurtdressing(2,3)

**DONNERSTAG** Frühlingsminestrone(5,11,16) mit Spätzle(1,4) aus Hartweizengrieß dazu Mini Weizenbrötchenmix(1,10,13,16) (Sonne/Mohn/Sesam)

hausgemachter Rührkuchen(1Weizen,2,3,4,16)

**FREITAG** Spargel in Bärlauch-Rahm-Soße(2,3,11,16) mit Butterkartoffeln(2,3)

hausgemachter Schokopudding(2,3,16)



Einen guten Appetit wünscht euch  
Euer mybioco BioCatering Team!



Alle Produkte aus kontrollierter biologischer Erzeugung ausgenommen Fisch – Wildfang; MSC-zertifiziert

1 Gericht enthält Gluten 2 Gericht enthält Laktose 3 Gericht enthält Milcheiweiß 4 Gericht enthält Ei 5 Gericht enthält Tomaten 6 Wildfang  
7 Gericht enthält Schweinegelatine 8 Fisch 9 Erdnüsse 10 Soja 11 Sellerie 12 Senf 13 Sesam 14 Lupinen 15 Schalenfrüchte  
(Mandeln, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pistazie) 16 kann Spuren von Schalenfrüchten, Eiern, Soja, Senf, Sellerie, Gluten, Sesam, Lupinen,  
Laktose und Milcheiweiß enthalten. Das Allergen wird nicht in der Rezeptur eingesetzt aber produktionsbedingt können Spuren im Produkt enthalten sein.

\* Änderungen des gesamten Gerichtes vorbehalten, wenn im zertifizierten Bio-Markt nicht erhältlich