

# Bio-Menü Vital

Woche 41

06.10.2025 bis 10.10.2025



Kontrolliert durch DE-ÖKO-006

EU Zugelassener Betrieb DE-BY-10799 EG

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

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MONTAG</b>     | Kürbis-Pilz-Ragout(5,11,16) mit frischen Kräutern dazu Naturreis(16)<br><br>Naturjoghurt(2,3,16)                                                                                                                                                                          |
| <b>DIENSTAG</b>   | Vollkornspiralen(1) aus Hartweizenvollkorngrieß in Karottenrahmsoße(2,3,11,13,16) mit Curry & Sesam dazu geriebener Käse(3)<br><br>frische Blattsalate der Saison mit hausgemachtem Balsamicodressing(12) – hell                                                          |
| <b>MITTWOCH</b>   | Seelachs(6,8) in Senf-Sahne-Soße(2,3,11,12,16) mit Dill, Kichererbsen & Gemüsestreifen dazu Butterkartoffeln(2,3)<br>(VEGI: Lupinen(14) in Senf-Sahne-Soße(2,3,11,12,14,16) mit Dill, Kichererbsen & Gemüsestreifen dazu Butterkartoffeln(2,3))<br><br>frisches Tagesobst |
| <b>DONNERSTAG</b> | Tomatensuppe(5,11,16) nach Art des Hauses mit bunter Gemüseeinlage dazu Mini Baguette-(1Weizen,10) & Mini Mehrkornbrötchen(1,2,3,14,16) (Weizen,Dinkel,Roggen,Hafer)<br><br>hausgemachter Tomaten-Brokkoli-Salat mit weißen Bohnen                                        |
| <b>FREITAG</b>    | Feines Kartoffelgemüse(2,3,11,16) mit Erbsen überbacken mit Käse(3)<br><br>hausgemachter Karotten-Kohlrabi-Salat                                                                                                                                                          |



Einen guten Appetit wünscht euch  
Euer mybioco BioCatering Team!



Alle Produkte aus kontrollierter biologischer Erzeugung ausgenommen Fisch – Wildfang; MSC-zertifiziert  
Bei Laktose-/Milcheiweißunverträglichkeit: Milch-/Sahneprodukte werden durch Haferprodukte ersetzt, Butter durch Margarine und Käse durch pflanzlichen Käseersatz

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