

Bio-Menü Vital Plus

Woche 3

12.01.2026 bis 16.01.2026



Kontrolliert durch DE-ÖKO-006
EU Zugelassener Betrieb DE-BY-10799 EG
Bio-EG Kontrollnummer:D-BY-006-44719-B



MONTAG Chickenwings mit Karotten-Erbsen-Ragout(5,11,16) dazu Bulgur(1,16) aus Hartweizengrieß (VEGI: Tofu in Karotten-Erbsen-Ragout(5,10,11,16) dazu Bulgur(1,16) aus Hartweizengrieß)

Naturjoghurt(2,3,16)

DIENSTAG Vollkornspaghetti(1) aus Hartweizenvollkorngrieß in Sojabolognese(5,10,11,16)

frisches Tagesobst

MITTWOCH Seelachs(6,8) in Senf-Sahne-Soße(2,3,11,12,16) mit Dill & Gemüsestreifen dazu Butterkartoffeln(2,3) (VEGI: Lupinen(14) in Senf-Sahne-Soße(2,3,11,12,14,16) mit Dill & Gemüsestreifen dazu Butterkartoffeln(2,3))

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

DONNERSTAG Tomatensuppe(5,11,16) nach Art des Hauses mit bunter Gemüseeinlage & weißen Bohnen dazu Mini Weizenbaguette- (1,10) & Mini Mehrkornbrötchen(1,2,3,14,16)

hausgemachter Nudelsalat(1,16) aus Hartweizengrieß

FREITAG Feines Kartoffelgemüse(2,3,11,16) mit Erbsen überbacken mit Käse(3)

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