

Bio-Menü Vegi

Woche 43

19.10.2026 bis 23.10.2026



Kontrolliert durch DE-006-ÖKO

Ökokontrollnummer: DE-BY-51026-B

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

MONTAG Vollkornpenne(1) aus Hartweizenvollkorngrieß in Spinatrahmsoße(1Weizen,2,3,11,16) mit Kirschtomaten

Naturjoghurt(2,3,16)

DIENSTAG Ratatouille(5,11,16) mit buntem Gemüse & Kichererbsen dazu Bulgur(1,16) aus Hartweizengriß

hausgemachter Orangenquark(2,3,16)

MITTWOCH Gnocchi(1) aus Hartweizengriß mit Sojabolognese(5,10,11,16) dazu geriebener Käse(3)

frisches Blattsalate der Saison mit hausgemachtem Honig-Senf-Dressing(2,3,12,16)

DONNERSTAG Buntes Ofengemüse(5,11,16) mit Mini Rosmarinkartoffeln dazu Kräuterquark(2,3)

frisches Tagesobst

FREITAG **Kleine Vorspeise:** Backerbsensuppe mit frischem Schnittlauch (Backerbsen(1Dinkel,2,3) extra Einlage) dazu Mini Weizenbrötchenmix(1,10,13,16) (Sesam/Sonne/Mohn)

Süße Pfannkuchen(1Weizen,2,3,4,16) mit hausgemachtem Apfel-Birnen-Mus



Einen guten Appetit wünscht euch
Euer mybioco BioCatering Team!



Bei Laktose-/Milcheiweisunverträglichkeit: 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 Milcheiweis 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