Bio-Menü Vital Plus

Woche 45
02.11.2026 bis 06.11.2026





Kontrolliert durch DE-006-ÖKO
Ökokontrollnummer:DE-BY-51026-B
Alle Produkte aus kontrollierter biologischer Erzeugung ausgenommen Fisch – Wildfang; MSC-zertifiziert

MONTAG	Chickenwings mit Karotten-Erbsen-Ragout(5,11,16) & frischen Kräutern dazu Naturreis(16) (VEGI: Tofuwiener(10,16) mit Karotten-Erbsen-Ragout(5,11,16) & frischen Kräutern dazu Naturreis(16)) Naturjoghurt(2,3,16)
DIENSTAG	Linsen-Hirse-Bällchen(1Weizen,Hafer,16) mit Kräuterkartoffeln(2,3) dazu Kräuterquark(2,3,16) frisches Tagesobst
MITTWOCH	„Pasta al salmone“ Vollkornspiralen(1) aus Hartweizenvollkorngrieß in Sahnesoße(1Weizen,2,3,6,8,11,16) mit Lachsstückchen(6,8) (VEGI: Vollkornspiralen(1) aus Hartweizen-vollkorngrieß in Sahnesoße(1Weizen,2,3,11,14,16) mit Lupinen(14)) hausgemachter Gurkensalat mit Dill
DONNERSTAG	Bunter Gemüsetopf(5,11,16) mit Kichererbsen dazu Couscous(1) aus Hartweizengrieß hausgemachter Karottensalat
FREITAG	Kartoffelgratin(1Weizen,2,3,11,16) nach Art des Hauses frische Blattsalate der Saison mit hausgemachtem Balsamicodressing(12) – dunkel







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