



Speiseplan Oktober 2023

„Mahlzeit!“ wünscht die Köchin Elisabeth Lemberger



Tag	Datum	Fantasiename	Suppe/Vorspeise	Hauptspeise	Beilagen	Nachspeise	Sonstiges					
							F	S	H	S	G	O
							F	S	H	S	G	O
Mo	02.10.	Ziegenpeter		Käsespätzle(A,C,G)	Salat(O)	Kompott					G	O
Di	03.10.	Glückskraut	Karottensuppe(A)	Krautfleckerl(A,C)	Salat(O)						G	
Mi	04.10.	Schwarzes Gold	Teigwarensuppe(A,C,L)	Mohnauflauf(A)						S		O
Do	05.10.	Gefüllter Kreis		Zucchini-cordonbleu(A,C)	Kartoffeln, Risibisi(H), Salat(O)	Pudding(G)		S/P	H		G	
Fr	06.10.	Kraftlaibchen		Hirselaibchen(A,C,H)	Püree(G), Salat(O)	Topfcreme(G)					G	O
Mo	09.10.	Leonardo		Nudeln mit Tomatensauce(A,C)	Salat(O)	Fruchtjoghurt(G)					G	O
Di	10.10.	Deftige Rolle	Suppe mit Einlage	Spinatpalatschinken(A,C,G)	Salat(O)			S			G	
Mi	11.10.	Gedrehter Apfel	Gemüsesuppe(G,L)	Apfelrahmstrudel(A,C,G)					H	S	G	O
Do	12.10.	Indianer im Nest		Geschnetzeltes(A,G)	Kartoffeln, Salat(O)	Mohncreme		S/P			G	
Fr	13.10.	Super Mario		Vollkornpizza(A)		Pudding(G)		S/P				
Mo	16.10.	Goldnockerl		Eiernockerl(A,C)	Salat(O)	Topfcreme(G)					G	O
Di	17.10.	Halloween Nudeln		Kürbisspaghetti		Joghurt(G) mit Müsli					G	O
Mi	18.10.	Goldbällchen	Kartoffelsuppe(L)	Gebackene Mäuse(A,C,G)	Vanillesauce(G)				H	S	G	
Do	19.10.	Bauernschmaus	Schöberlsuppe(A,C,L)	Schweinebraten	Knödel(A,C,G), Krautsalat(O)			S			G	
Fr	20.10.	Goldbarren		Fisch gebacken(A,C,D)	Kartoffelsalat(O)	Kompott	F				G	O
Mo	23.10.	Luigi		Tortellini(A,C)	Sauce(G), Salat	Joghurt		S/R			G	O
Di	24.10.	Bunte Laibchen		Couscous Laibchen	Püree(G), Salat(O)	Topfcreme			H		G	
Mi	25.10.	Mäusetraum	Karfiolcremesuppe	Topfenauflauf(A,C,G)	Fruchtmus					S	G	O
Do	26.10.											
Fr	27.10.	Man-Man-Tschi	Frittatensuppe(A,C,G,L)	Reisfleisch	Salat(O)			S/P			G	

Mo	30.10.	Holzfällerknödel		Tiroler Knödel	Sauce(G), Salat(O)	Pudding(G)		S/P			G	
Di	31.10	Superman		Linsenlaibchen(A,C,H)	Kartoffeln, Salat(O)	Joghurt(G)			H		G	O

A = Glutenhaltiges Getreide

B = Krebstiere

C = Eier von Geflügel

D = Fisch

E = Erdnüsse

F = Sojabohnen

G = Milch von Säugetieren

H = Schalenfrüchte

L = Sellerie

M = Senf

N = Sesamsamen

O = Schwefeldioxid und Sulfite

P = Lupinen

R = Weichtiere

F (Fisch)

P (Pute), S (Schwein),

H (Hülsenfrüchte)

S (süße Speise)

G (Gemüse)

K (Kalb), R (Rind)

O (Obst)

f = frittiert zubereitet