BISTRO AufSchalke

medicos AufSchalke

Speisekarte für die Woche vom 30.06.25 - 04.07.25

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Salat	x	Salat	x	Salat
Hähnchenbrust mit Kartoffelstampf und Paprika-Creme-Gemüse	Indisches Dhal Curry mit gelben Linsen und Gemüse	Geflügelbällchen Toskana mit fruchtiger Gemüse-Tomaten-sauce und Vollkorn-Nudeln	Griechische Moussaka	Seelachs mit Dillsauce, Nudeln und Leipziger Allerlei
1	fs,js,i/is	a,aa,q/qs,c,p,js,fs	1, 03,l/ls	1, d/ds,a,aa
Gnocchi mit Blattspinat in Zitronensauce	Pasta in cremiger Grillgemüse-Sauce	Reiseintopf mit Kokosmilch und Wok- Gemüse	Tortellini-Verdura-Auflauf mit Gemüse	Ofenkartoffel mit Grillgemüse und Tzatziki
1, a, aa	1,a, aa,as,fs,js	i/is, f/fs	1,a,aa,is	q/qs,p
Salatteller mit Kartoffelsalat Essig-Öl	Blattsalat mit Fetakäse	Salatteller mit Ziegenfrischkäse	Salatteller mit Waldorfsalat	Salatteller mit Kürbis-Falafel-Bällchen
02,js	p,q/qs	q/qs, p, 02	02,as,q,c,f,js,hs	
x	Dessert	x	Dessert	x

Bei der Zubereitung unserer Speisen orientieren wir uns an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für eine kochsalzarme Kost. Des Weiteren legen wir Wert auf eine bewusst fleischreduzierte Mahlzeitzusammenstellung.

Legende Zusatzstoffe und potentielle Allergene

Zusatzstoffe:

01= mit Farbstoff
02= mit Konservierungsstoff
03= mit Antioxidationsmittel
04= mit Geschmacksverstärker
05= geschwefelt
06= geschwärzt
07= gewachst
08= mit Phosphat
14= mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n)

Potentielle Allergene:

a = Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste,Hafer, Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse
aa = Weizen
ab = Roggen
as = Kann Spuren von glutenhaltigem Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnenen Erzeugnissen enthalten
c = Eier und -erzeugnisse
cs = Kann Spuren von Eier und -erzeugnissen enthalten
d = Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
e = Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
f = Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse
fs = Kann Spuren von Sojabohnen und daraus gewonnenen Erzeugnissen enthalten
gs = Kann Spuren von Milch und daraus gewonnenen Erzeugnissen (einschließlich Laktose) enthalten
i = Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
is = Kann Spuren von Sellerie und daraus gewonnenen Erzeugnissen enthalten
j = Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
l = Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO2
p = Milch und Milchprodukte
q = Lactose