

## Bio-Menüs aus Göttingen....vollwertig - lecker - regional

45. KW vom 03.11. bis 07.11.2025

Produziert durch die **Bioküche Leinetal**, Gesellschaft für gesundes Essen mbH, Göttingen

|                               | Montag                                                                                       | Dienstag                                                                       | Mittwoch                                                | Donnerstag                                                                     | Freitag                                            |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>Menü 1</b>                 | Couscous<br>Pfannengemüse, Hähnchenfrikadellen <sup>5</sup><br>Schmand-Dip<br>Obst<br>a1,g,i | Rinderfleischbällchen <sup>3</sup> in<br>Tomatensoße, Reis<br>Obst<br>a1,c,g,i | Kartoffelauflauf mit<br>Spinatsoße<br>Joghurt<br>a1,g,i | Gabelspaghetti mit<br>Thunfisch <sup>1</sup> -Tomatensoße<br>Salat<br>a1,d,g,i | Sellerie-Karottensuppe<br>Brötchen<br>Obst<br>a1,i |
| <b>Menü 2<br/>vegetarisch</b> | Bauernspätzle mit<br>Linsensoße<br>Obst<br>a1,g,i                                            | Chili con Tofu<br>mit<br>Parboiled Reis<br>Obst<br>a1,f,i                      | Salzkartoffeln mit<br>Buttergemüse<br>Joghurt<br>a1,g,i | Sesamnudeln<br>mit<br>asiatischem Wokgemüse<br>Salat<br>a1,k,i,f               | Risi Pisi mit<br>Kräutersoße<br>Obst<br>a1,g,i     |

### Saisonale Änderungen vorbehalten

Zutaten aus kontrollierten Bio-Anbau nach EG-ÖKO-Verordnung sofern im Folgenden nicht anders gekennzeichnet: <sup>1</sup> Fisch stammt aus kontrolliertem Wildfang <sup>2</sup>

<sup>3</sup> aus Rindfleisch <sup>4</sup> aus Schweinefleisch <sup>5</sup> aus Geflügelfleisch \* konventionelles Produkt

#### Allergene:

a Glutenhaltiges Getreide

a<sub>1</sub> Weizen

a<sub>2</sub> Roggen

a<sub>3</sub> Gerste

a<sub>4</sub> Hafer

b Krebstiere

c Eier u. daraus gewonnenen Erzeugnisse

d Fische u. daraus gewonnene Erzeugnisse

e Erdnüsse u. daraus gewonnene Erzeugnisse

f Sojabohnen u. daraus gewonnene Erzeugnisse

g Milch u. daraus gewonnene

Erzeugnisse  
(einschließlich Laktose)

h Schalenfrüchte

h<sub>1</sub> Mandeln

h<sub>2</sub> Haselnüsse

h<sub>3</sub> Walnüsse

h<sub>4</sub> Kaschunüsse

h<sub>5</sub> Pecannüsse

h<sub>6</sub> Paranüsse

h<sub>7</sub> Pistazien

h<sub>8</sub> Macadamianüsse

i Sellerie

j Senf

k Sesamsamen

l Schwefeldioxid und Sulphite

m Lupinen

n Weichtiere

**Menüservice** Paritätischer Südniedersachsen

Zollstock 9A 37081 Göttingen

Tel. 0551 / 9000 813 Fax 0551 / 9000 833

[ear@paritaetischer-goettingen.de](mailto:ear@paritaetischer-goettingen.de) [www.paritaetischer-goettingen.de](http://www.paritaetischer-goettingen.de)

Name: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_