

Speiseplan:

Heider Werkstätten

Heider
Werkstätten
Heide

Wochentag	Gericht I		Gericht II	
Montag 23. März 2026	Frikassee mit Gemüse, Hähnchenfleisch und Reis	1,2,3 Vanille- Pudding	Frikassee mit Gemüse, vegetarischem Fleisch und Reis	1,2,3
Dienstag 24. März 2026	Fischfilet mit Brokkoli in Rahm und Kartoffeln	1,2,3,12 Quarkspeise	Spinat Knuspertasche mit Brokkoli in Rahm und Kartoffeln	1,2,3
Mittwoch 25. März 2026	Frikadelle mit Kartoffeln, Krautsalat und Bratensoße	1,2,3 Frisches Obst	Milchreis mit Apfelmus sowie Zimt und Zucker	1,2,3
Donnerstag 26. März 2026	Nudeln mit Hackfleischsoße und Karottensalat	1,2,3 Joghurt	Nudeln mit Tomatensauce und Karottensalat	1,2,3
Freitag 27. März 2026	Hähnchen Gyros Eintopf	2,10,11 Buttermilchdessert	Gyros Eintopf mit vegetarischem Hackfleisch	2,10,11

Verantwortlich:
André Plath/
Küchenleitung

Änderungen und Irrtum möglich

1 Eier, 2 Milch, 3 Gluten, 4 Nüsse, 5 Schalenfrüchte
6 Schwefeldioxid, 7 Lupinen, 8 Sesam, 9 Soja, 10 Sellerie
11 Senf, 12 Fische, 13 Krebstiere, 14 Weichtiere