

### Hauptgerichte

#### Montag, 12.10.2020

**Pasta:**

Pasta all'arrabiata (v) (2) [GI,GIW,Kn]

**Vegan, Eintopf, Suppe:**

Gemüsegulasch (v) [Kn]

**Vegetarisch:**

Spinatknödel Tiroler Art mit Bergkäse (f)  
[Ei,GI,GIW,Mi,SI]

**Fleisch:**

Rindergeschnetzeltes (GQB) Stroganoff  
(R) (9) [GI,GIG,GIW,Kn,Mi,Sf]

**Beilagen:**

Couscous-Salat mit Falafel und Joghurt-  
Minzdip (f) (1)  
[Ei,GI,GIG,GIW,Kn,Sf,So,Sw]

Reis (v)

Knöpfe (f) [Ei,GI,GID,GIW]

Kartoffelgratin (f) [Ei,Kn,Mi]

Grüne Bohnen (v)

Frisches Ofengemüse (v)

Mousse au chocolat (14) [GI,GIW,Mi,So]

Sunset: Himbeer-Bananen-Smoothie mit  
Orangensaft (v)

Karotten-Orangen-Apfel-Saft (v)

**Aktion:**

Mischsalat

#### Dienstag, 13.10.2020

**Pasta:**

Pasta mit Gorgonzola-Walnuss-Sauce (f)  
[GI,GIW,Mi,Sc,ScW]

**Pizza:**

Pizza quattro stagioni (S) (2,3,6,8)  
[GI,GIG,GIW,Mi,So]

**Grill:**

Roast beef mit Schmorzwiebelsauce (R)  
[GI,GIG,GIW,Kn,Mi,SI]

**Vegan, Eintopf, Suppe:**

Indisches Linsencurry (v) [Kn,Sf,SI]

**Vegetarisch:**

Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln (f)  
(1,2) [Ei,GI,GID,GIW,Mi]

**Beilagen:**

Bunter Mischsalat mit Hähnchenstreifen  
[GI,GIG,GIW]

Basmatireis (v)

Petersilienkartoffeln (v)

Röstkartoffeln (v)

Cordialgemüse (v) [SI]

Broccoli (v)

Quark mit Blaubeeren (f) [Mi]

Pina Colada: Smoothie mit Ananas und  
Kokos (v)

Grüner Apfel-Zucchini-Saft mit Minze (v)

**Aktion:**

Mischsalat

#### Mittwoch, 14.10.2020

**Pasta:**

Pasta mit Tomaten-Frischkäse-Sauce (f)  
[GI,GIW,Kn,Mi]

**Grill:**

Gebratenes Putensteak mit Kräuterdip  
[Kn,Mi]

**Vegan, Eintopf, Suppe:**

Spanischer Gemüseintopf (v) [Kn]

**Vegetarisch:**

Frühlingsrolle mit süßsaurer Sauce (f)  
[Ei,GI,GIW,Kn,Mi,SI,So]

**Beilagen:**

Italienischer Nudelsalat (f) (3,5)  
[GI,GIG,GIW,Mi,Sw]

Reis (v)

Kartoffelgratin (f) [Ei,Kn,Mi]

Frittierte Waffelkartoffeln (f) [GI,GIW,Kn]

Zucchini, gedünstet mit Olivenöl (v) [Kn]

Gemüse Tahine-Style (v) [SI]

Veganer Sojacreme-Joghurt mit Brom-  
beeren und Minze (v) (3) [So]

Little Green: Erdbeer-Kiwi-Spinat-Smo-  
othie mit Kokosmilch (v)

Roter Paprika-Tomaten-Saft mit Basili-  
kum (v)

**Aktion:**

Mischsalat

#### Donnerstag, 15.10.2020

**Pasta:**

Pasta mit Sojabolognese (v)  
[GI,GIW,SI,So]

**Pizza:**

Pizza Margherita mit Mozzarella (f)  
[GI,GIG,GIW,Mi,So]

**Grill:**

Currywurst mit Honig-Ingwer-Ketchup  
(R,S) (8) [Sf]

**Vegan, Eintopf, Suppe:**

Couscous mit mediterranem Gemüse (v)  
[GI,GIW,Kn,So]

**Vegetarisch:**

Frische Rahmschwammerl (f)  
[GI,GIW,Kn,Mi]

**Beilagen:**

Bunter Mischsalat mit Schafskäse  
[GI,GIG,GIW,Mi]

Kleiner Semmelknödel (f) (1)

[Ei,GI,GIW,Mi]

Pommes frites (f)

Zucchini mit Karotten,Schwarzwurzel  
und grünen Bohnen (v) [Kn]

Karotte-Pastinake (v)

Joghurt mit Himbeeren (f) [Mi]

Red Hot: Karotte-Apfel-Banane-Smoothie  
mit Chilli und Olivenöl (v)

Kirsch-Bananen-Apfel-Saft (v)

**Aktion:**

Mischsalat

#### Freitag, 16.10.2020

**Pasta:**

Tortellini mit Ricotta-Spinat-Füllung in  
Kräutersauce (f) [GI,GIW,Kn,Mi,So]

**Vegetarisch:**

Tofugeschnetzeltes China-Town (v) (2)  
[Kn,So]

**Fisch:**

Schollenfilet (MSC) paniert mit Remoula-  
densauce (1,3,9,11)  
[Ei,Fi,GI,GIW,Mi,Sf]

**Süßspeise:**

Kaiserschmarrn mit Apfelmus (f) (3)  
[Ei,GI,GIW,Mi]

**Beilagen:**

Bunter Bulgur-Herbstsalat (f)  
[GI,GIG,GIW,Mi]

Petersilienkartoffeln (v)

Reis (v)

Frisches Wurzelgemüse (v) [SI]

Rahmspinat (f) [GI,GIW,Kn,Mi]

Quark mit Mango (f) [Mi]

Triple Gang: Smoothie mit Wassermelo-  
ne-Erdbeer-Pfirsich (v)

Rote Beete-Apfel-Gurken-Saft (v)

**Aktion:**

Mischsalat

**Wichtiger Hinweis für Gäste mit Lebensmittelallergie- oder unverträglichkeit:** Die kennzeichnungspflichtigen Allergene ändern sich möglicherweise durch kurzfristige Rezeptur- und Speiseplanänderungen. Bitte beachten Sie unbedingt die Angaben auf den Thekenaufstellern in der Betriebsstelle. Spuren aller kennzeichnungspflichtiger Allergene können nicht ausgeschlossen werden. MSC = Marine Stewardship Council (MSC-C-52346); Biogerichte: Kontrolliert durch Kontrollstelle DE-ÖKO-006; Kurzfristige Änderungen des Speiseplans sind möglich.