



Speiseplan Dezember 2022

Da wir hiesige, saisonale Angebote nutzen sind kurzfristige Speiseplanänderungen möglich

Donnerstag 01.12.	Kürbis-Kartoffelpuffer, Dip, bunter Salat (1)	
Freitag 02.12.	Wintergemüse mit Gorgonzola überbacken, Ebly, bunter Salat (1)	Fischgericht
	Seelachs-Spinatauflauf, Ebly, bunter Salat (1)	
Montag 05.12.	Spaghetti "Napoli", bunter Salat (1), Dessert	
Dienstag 06.12.	Süßkartoffellasagne "Veggie", bunter Salat (1)	
	Süßkartoffellasagne "al forno", bunter Salat (1)	Fleischgericht
Mittwoch 07.12.	Buchweizenrisotto, bunter Salat (1)	
Donnerstag 08.12.	Bunter Linseneintopf, selbstgebackenes Brot, süße Überraschung	
Freitag 09.12.	Gemüse-Käsenudeln, bunter Salat (1)	
	Lachsnudeln, bunter Salat (1)	Fischgericht
Montag, 12.12.	Blumenkohl-Pflanzerl, Salzkartoffeln, bunter Salat (1)	
Dienstag 13.12.	Gemüsegulasch, Reis, bunter Salat (1)	
	Gemischter Gulasch, Reis, bunter Salat (1)	Fleischgericht
Mittwoch 14.12.	Sellerieschnitzel, Bratkartoffeln, bunter Salat (1)	
Donnerstag 15.12.	Bunter Wintergemüseintopf, selbstgebackenes Brot, süße Überraschung	

1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 mit Phosphat, 8 mit Milcheiweis, 9 koffeinhaltig, 10 chininhaltig, 11 mit Süßungsmittel, 12 gewachst

Vegetarisches Essen: 5,00 €

Essen mit Fisch-/Fleischbeilage: 6,00 €

Wir bieten alternativ einen reichhaltigen Salatteller an!

Die Speisekarte ist nicht für Allergiker geeignet - bitte frage unser Personal nach enthaltenen Allergenen



Speiseplan Dezember 2022

Da wir hiesige, saisonale Angebote nutzen sind kurzfristige Speiseplanänderungen möglich

Freitag 16.12.	Gefüllter Fenchel, Ebly, bunter Salat (1)	
	Fenchel-Möhrengemüse, Seelachs, Ebly, bunter Salat (1)	Fischgericht
Montag 19.12.	Feta mit Nusskruste, Bratkartoffeln, Gemüse	
Dienstag 20.12.	Kartoffelknödel, Pilzsoße, Rotkraut (1)	
	Schweinebraten, Kartoffelknödel, Rotkraut (1)	Fleischgericht



Unser FaZ-Essen *to go*!

Bitte rechtzeitig anmelden und mehrere beschriftete Behälter mitbringen.

Das Essen kann zwischen 12:00 und 13:30 Uhr abgeholt werden.

Wir wünschen guten Appetit !

Wenn möglich bitte vorher anmelden - das erleichtert uns die Mengenkalkulation.

Anmeldung: telefonisch bei unserem Info-Team 07741 - 9679923

per Mail bei Regina Jaumann - r.jaumann@faz-hochrhein.de

Familienzentrum Hochrhein, Bertold-Schmidt-Platz 7, 79787 Lauchringen, www.faz-hochrhein.de