

## Speiseplan Januar 2025

Essen Sie bei uns im FQZ oder holen Sie Ihr Essen ab **4,50 € pro Essen**

01.01. - 03.01.2025	06.01. – 10.01.2025	13.01. – 17.01.2025	20.01. – 24.01.2025	27.01. – 31.01.2025
	<b>Montag</b> Keinen Mittagstisch	<b>Montag</b> Grüne Bohnensuppe Einlage <small>1,3,7,8,9,10,12,31,33,38,39,42,43,44</small>	<b>Montag</b> Hähnchen-Nuggets Gemüserais <small>1,3,7,8,9,10,12,31,33,38,39,44,46</small>	<b>Montag</b> Porree-Eintopf Kartoffeln, Mett, Käse <small>1,3,7,9,10,42,43,44,46</small>
	<b>Dienstag</b> Weißkohl- Eintopf Einlage <small>1,7,12,31,33,39,42,43,44</small>	<b>Dienstag</b> Frikadellen Stampf, Gemüse, Soße <small>1,3,6,7,8,9,10,12,13,39,42,43,44</small>	<b>Dienstag</b> Grünkohlsuppe Fleischeinlage <small>1,3,7,9,10,31,39,42,43,44,</small>	<b>Dienstag</b> Hühnergeschnetzeltes Gemüse, Reis <small>1,3,7,9,10,44,46</small>
<b>Mittwoch</b> Feiertag	<b>Mittwoch</b> Spinat, Spiegelei, Kartoffeln <small>1,3,7,31,39,44</small>	<b>Mittwoch</b> Überbackenes Ofengemüse Reis <small>1,3,7,10,31,33,39,44</small>	<b>Mittwoch</b> Gefüllte Teigtaschen mit Spinat, Feta Tzatziki Dip <small>1,3,7,9,10,12,31,33,37,39,44</small>	<b>Mittwoch</b> Pizza Mais, Tomaten, Rucola <small>1,3,7,9,12,38,39,44</small>
<b>Donnerstag</b> Keinen Mittagstisch	<b>Donnerstag</b> Hühnerfrikassee Reis <small>1,3,4,7,9,44,46</small>	<b>Donnerstag</b> Nudeln „Bolognese“ <small>1,3,7,39,42,43,44,46</small>	<b>Donnerstag</b> Labskaus Spiegelei, Gurke <small>1,3,7,9,10,42,43,44,</small>	<b>Donnerstag</b> Schinken-Tomaten-Mozzarella Omelett, Kräuter Dip <small>1,3,4,7,9,31,39,43,44,</small>
<b>Freitag</b> Keinen Mittagstisch	<b>Freitag</b> Nudeln mit Thunfisch – Tomatensauce <small>1,3,4,7,9,44</small>	<b>Freitag</b> Fruchtiges Hähnchencurry Gemüse, Reis <small>1,3,7,8,9,10,12,31,33,38,39,44,46</small>	<b>Freitag</b> Fischfrikassee Salzkartoffeln <small>11,3,4,7,9,44</small>	<b>Freitag</b> Senf-Eier Kartoffeln, Salat <small>1,3,7,9,12,38,39,44</small>

**Vorbestellung bis aktuell 9 Uhr unter 69623152**

**(Keine Bestellungen über Anrufbeantworter!!!)**

Speiseplanänderungen vorbehalten

**Mo - Do Essen 12:00 Uhr bis 14:00 Uhr - Freitag 12:00 bis 13:30**

### Allergene:

1. **Gluten** und Erzeugnisse daraus
2. **Krebse** und Erzeugnisse daraus
3. **Eier** und Erzeugnisse daraus
4. **Fisch** und Erzeugnisse daraus
5. **Erdnuss** und Erzeugnisse daraus
6. **Soja** und Erzeugnisse daraus
7. **Milch** Milcheiweis und Erzeugnisse daraus inkl. Laktose
8. **Schalenfrüchte** und Erzeugnisse daraus
9. **Sellerie** und Erzeugnisse daraus
10. **Senf** und Erzeugnisse daraus
11. **Sesam** und Erzeugnisse daraus
12. **Schwefeldioxid** und Sulfite
13. **Lupine** und Erzeugnisse daraus
14. **Weichtiere** und Erzeugnisse daraus

### Inhaltsstoffe:

31. mit Farbstoff
33. mit Antioxidationsmittel
36. geschwärzt
37. gewachst
38. mit Phosphat
39. mit Süßungsmittel
41. mit Alkohol
42. mit Rind
43. mit Schwein
44. mit Konservierungsstoff
46. mit Geflügel

Gefördert durch das Jobcenter Bremen, die Senatorin für Wirtschaft, Arbeit und Europa, aus Mitteln des Landes und des Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus).

