

Montag, 02.09.24

Tortellini (a¹,c) mit Gemüsefüllung und Ajvar-Sauce (a¹,g,i) 4,50 €

Dienstag, 03.09.24

Rührei (c,g) mit Kartoffelstampf (g) und Spinat 4,50 €

Mittwoch, 04.09.24

Kürbiscremesuppe (Kokosmilch,i) mit Vollkornbaguette (a¹) 4,50 €

Donnerstag, 05.09.24

Königsberger Klopse (Rind,a¹,c,g,i,j) mit Reis und Erbsen 4,50 €

Freitag, 06.09.24

Fisch in Senfsauce (a¹,g,i,j) mit Salzkartoffeln 4,50 €

Montag, 09.09.24

Penne (a¹) mit Frischkäsesauce (a¹,g,i,j) und Broccoli 4,50 €

Dienstag, 10.09.24

Pizza Hawaii (Schwein,a¹,g) 4,50 €

Mittwoch, 11.09.24

Tomatensuppe (g,i) mit Reis und Mini-Laugenstangen (a¹) 4,50 €

Donnerstag, 12.09.24

Rinderroulade (Schwein,j,i) mit Rotkohl, Kartoffeln und Sauce (a¹,g,i,j) 4,50 €

Freitag, 13.09.24

Nudeln (a¹) mit Lachs-Sahne-Sauce (a¹,g,i) 4,50 €

Montag, 16.09.24

Kartoffelpuffer (a¹,c) mit Kräuterquark (g) 4,50 €

Dienstag, 17.09.24

Eblypfanne mit Hackfleisch (Rind,a¹,i), Gemüse und Tsatsiki (g) 4,50 €

Mittwoch, 18.09.24

Kohlrabisuppe (g,i) mit Hackbällchen (a¹,c) und Vollkornbaguette (a¹) 4,50 €

Donnerstag, 19.09.24

Hähnchenkeule mit Reis, Buttermais (g) und heller Sauce (a¹,g,i) 4,50 €

Freitag, 20.09.24

Fischstäbchen (a¹,d) mit Kartoffelpüree (g,i) und Möhrenrahmgemüse (a¹,g,i) 4,50 €

Montag, 23.09.24

Nudeln (a¹) mit Bolognese (Rind,a¹,i,j) 4,50 €

Dienstag, 24.09.24

Zwiebelkuchen (Schwein,a¹,c,g) 4,50 €

Mittwoch, 25.09.24

Erbsensuppe (i) mit Mettenden (2,7,j) und Baguette (a¹) 4,50 €

Donnerstag, 26.09.24

Fruchtiges Putengeschnetzeltes (Geflügel,Kokosmilch,i) mit Curryreis 4,50 €

Freitag, 27.09.24

Lachsfilet (a¹) auf Gemüsebett (i) mit Zitronen-Butter-Sauce (a¹,g), dazu Reis 4,50 €

Montag, 30.09.24

Nudeln (a¹) mit Paprika-Sahne-Sauce (a¹,g,i), dazu Erbsen 4,50 €

**Vegetarische Alternative
bitte vorbestellen!**

**Zu den Speisen gibt es ein
Dessert und die Auswahl
an der Salattheke!**

Nachschlag: 0,50 €

**Tägliche Änderungen sind
auf Grund von Urlaubs- und
Krankzeiten möglich.**

Änderungen vorbehalten

*Tägliche Änderungen sind aufgrund von
Urlaubs- und Krankheitszeiten möglich.*

- Speisenwunschzettel für
nächsten Monat:

- 1 **mit Farbstoff:** z. B. Beta-Carotin in Käse
- 2 **mit Konservierungsstoff:** meist Sorbinsäure oder Benzooesäure, z. B. in Fleischsalat
- 3 **mit Geschmacksverstärker:** meist Glutamat, z. B. in Gewürzmischungen
- 4 **mit Süßungsmittel:** Süßstoffe wie Saccharin, Cyclamat, Aspartam und Acesulfam
- 4 b **mit Zuckerart und Süßungsmittel:** wenn zusätzlich zu Süßungsmitteln noch Zucker in Form von Rohrzucker, Glukose, Fruktose etc. im Lebensmittel verwendet wurde
- 5 **kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken:** bei über 10 % Zuckeralkoholen wie z. B. Sorbit, Mannit
- 6 **enthält Phenylalaninquelle:** bei Zusatz von Aspartam in Lebensmitteln und Tafelsüßen, z. B. in „Cola light“
- 7 **mit Antioxidationsmittel:** Üblich in Fertigsalaten.
- 8 **mit Phosphat:** Stabilisatoren, z. B. in Brühwurst
- 9 **mit Milcheiweiß**
- 10 **koffeinhaltig:** üblich bei alkoholfreien Erfrischungsgetränken wie z. B. „Cola-Limonade“.
- 11 **chininhaltig:** üblich bei alkoholfreien Erfrischungsgetränken, wie z. B. Tonic Water.
- 12 **geschwärzt:** Eisen gluconat bzw. -lactat zum Schwarzfärben von Oliven
- 13 **geschwefelt:** evtl. in Meerrettich, Kartoffelhalb-, Kartoffelerzeugnissen, rohem Kartoffelkloßteig, Trockenfrüchten, Säften
- 14 **mit Nitritpökelsalz:** Konservierungsstoff
- 15 **mit Nitrat:** Konservierungsstoff
- 16 **gewachst:** üblich bei Zitrusfrüchten, Melonen, Äpfeln und Birnen.
- 17 **Taurin:** Bitterstoff in Getränken, wie z. B. Bitter Lemon
- 18 **mit Gelatine:** z. B. in Götterspeisenpulver
- 19 **unter Schutzatmosphäre verpackt**

September 2024

A black and white photograph of the exterior of the Familienzentrum MOBE. The building has a dark, textured facade. The name 'Familienzentrum' is written in large, white, sans-serif capital letters, and 'MOBE' is written in a stylized, 3D, blocky font to its right. Below the text is a large glass entrance with multiple panes. A person is visible inside the entrance area, and a stroller is parked outside. To the right of the entrance, there is a small, circular decorative element on the wall.

Familienzentrum **MOBILE**
Hinter den Ellern 1A
28309 Bremen
Telefon 0421 98972 - 668