

Wochenspeiseplan: Frühstück

Kalenderwoche:

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

- a - Gluten
- b - Krebstiere
- c - Ei
- d - Fisch
- e - Erdnüsse
- f - Soja
- g - Milch/Laktose
- h - Schalenfrüchte
- i - Sellerie

- j - Senf
- k - Sesam
- l - Schwefeldioxid/Sulfite
- m - Lupinen
- n - Weichtiere
- ve - vegetarisch
- v - vegan
- ha - halal

- a1 - Weizen
- a2 - Roggen
- a3 - Gerste
- a4 - Hafer
- a5 - Dinkel
- a6 - Kamut

- h1 - Mandeln
- h2 - Haselnuss
- h3 - Walnuss
- h4 - Cashewnuss
- h5 - Pekannuss
- h6 - Paranuss
- h7 - Pistazie
- h8 - Macadamianuss

Legende der Zusatzstoffe

- 1 - mit Farbstoff
- 2 - mit Konservierungsstoffen
- 3 - mit Antioxidationsmittel
- 4 - mit Geschmacksverstärker
- 5 - geschwefelt
- 6 - geschwärzt
- 7 - gewachst
- 8 - mit Phosphat
- 9 - Süßungsmittel
- 10 - Rind
- 11 - Schwein
- 12 - Geflügel
- 13 - Unter Schutzatmosphäre
- 14 - Milcheiweiß
- 15 - Säuerungsmittel
- 16 - chininhaltig